Translated from English to Turkish - www.onlinedoctranslator.com

UNLOCKING YOUR BODY'S ABILITY TO HEAL ITSELF

THE BODY CODE

DR. BRADLEY NELSON

BESTSELLING AUTHOR OF *THE EMOTION CODE*

THE BODY CODE

UNLOCKING YOUR BODY'S ABILITY TO HEAL ITSELF

DR. BRADLEY NELSON

FOREWORD BY GEORGE NOORY

ST. MARTIN'S
ESSENTIALS
NEW YORK

Okumaya Başla

İçindekiler

yazar hakkında

Telif hakkı sayfası

Bu St. Martin's Publishing Group e-kitabını satın aldığınız için teşekkür ederiz.

Özel teklifler, bonus içerikler ve yeni çıkanlar ve diğer harika kitaplar hakkında bilgi almak için, bültenlerimize kaydolun.

Sign Up

Veya bizi şu adresten çevrimiçi ziyaret edin: us.macmillan.com/newslettersignup

Yazarla ilgili e-posta güncellemeleri için tıklayınBurada.

Yazar ve yayıncı bu e-kitabı size yalnızca kişisel kullanımınız için sağlamıştır. Bu e-kitabı hiçbir şekilde kamuya açık hale getiremezsiniz.**Telif hakkı ihlali yasalara aykırıdır. Okuduğunuz bu e-kitabın kopyasının yazarın telif hakkını ihlal ettiğini düşünüyorsanız lütfen yayıncıyı şu adresten bilgilendirin:us.macmillanusa.com/piracy.**

SORUMLULUK REDDİ

Beden Kodu Sistemi, çoğunlukla hem fiziksel hem de duygusal açıdan harika sonuçlar ve harika faydalar üreten bir kendi kendine yardım yöntemidir. Bununla birlikte, bu nispeten yeni bir keşiftir ve kapsamlı bir şekilde araştırılmamıştır.

Bu kitaptaki bilgiler okuyucunun kendi doktorunun veya başka bir tıp uzmanının tavsiyelerinin yerine geçmeyi amaçlamaz. Özellikle mevcut tıbbi rahatsızlıklarınız varsa, aldığınız herhangi bir ilaca başlamadan, durdurulmadan veya dozunu değiştirmeden önce, sağlıkla ilgili konularda bir tıp uzmanına danışmalısınız. İlerleyen sayfalarda yer alan materyallerin herhangi bir şekilde uygulanması okuyucunun takdirindedir ve tamamen okuyucunun sorumluluğundadır.

Bu materyallerde yer alan bilgiler kişisel kullanıma yöneliktir ve yasaların izin verdiği durumlar dışında herhangi bir şifa sanatının uygulanmasına yönelik değildir. Bu materyallerde yer alan hiçbir temsil tıbbi tavsiye niteliğinde değildir ve teşhis veya tıbbi tedavi amacıyla kullanılmamalıdır. Herhangi bir tıbbi problemin tanı ve tedavisi için kendi doktorunuza danışınız. Yazar ve yayıncı, bireylerin bu kitapta yer alan bilgilerden dolayı doğrudan veya dolaylı olarak deneyimlediklerini iddia edebilecekleri herhangi bir olumsuz etkinin sorumluluğunu kabul etmez.

Bu kitaptaki öykülerin tümü doğrudur ve mümkün olan yerlerde kişilerin tam adlarının kullanılmasına izin verilmiştir, ancak bazı durumlarda mahremiyetin korunması amacıyla bu adlar değiştirilmiştir. Bu kitap, Dr. Bradley Nelson ve bu şifa yöntemini deneyimleyen diğer kişilerin kişisel gözlemlerine ve deneyimlerine dayanmaktadır. Okuyucu olarak siz, kendi sağlığınızın sorumluluğunu yüzde 100 üstlenmelisiniz. Vücut Kodu yanlış yorumlanmamalı veya herhangi bir özel durumun varlığını veya yokluğunu teşhis etmek için kullanılmamalıdır.

zihinsel, fiziksel veya duygusal rahatsızlık. Hastalığın varlığını veya yokluğunu teşhis etmek için ne kas testi ne de salınım testi kullanılmamalıdır.

Bireysel sonuçlar farklılık gösterebilir ve yazar ve yayıncı, içeriğin doğruluğu veya eksiksizliği konusunda hiçbir beyanda bulunmaz veya garanti vermez veya herhangi bir sorumluluk üstlenmez ve özellikle ticarete elverişlilik veya uygunlukla ilgili her türlü zımni garantiyi reddeder. belirli bir amaç için kullanılması. Ne yazar ne de yayıncı, burada yer alan bilgi veya programların doğrudan veya dolaylı olarak neden olduğu veya kaynaklandığı iddia edilen herhangi bir kayıp veya tesadüfi veya sonuç olarak ortaya çıkan zararlarla ilgili olarak herhangi bir kişi veya kuruluşa karşı sorumlu veya sorumlu tutulamaz.

Kitapta bir kuruluştan veya web sitesinden potansiyel bilgi kaynağı olarak bahsedilmesi, yazarın veya yayıncının bu kaynakların sağlayabileceği herhangi bir bilgiyi veya yapabileceği herhangi bir öneriyi onayladığı anlamına gelmez.

Bu kitap dünyanın her yerindeki insanlar tarafından sunulan kişisel deneyimleri içermektedir. Gizliliklerini korumak amacıyla soyadları yalnızca baş harfleriyle temsil edilir.

Okuma sevgim ve beni açık fikirli yetiştirdiği için anneme. Sen ilk benimseyen ve şifa verendin

hayatım boyunca modellik yaptım. İnsanlardaki her zaman iyiyi görme konusundaki muhteşem örneğiniz için teşekkür ederiz.

On üç yaşında çok hastayken beni doğru doktorlara ulaştırdığınız için teşekkür ederim. Bütün farkı o yarattı

bana ve görünüşe göre diğer birçoklarına.

Girişimci ruhunuz ve koşulsuz sevgi ve egosuz yaşama örneğiniz için babama. O soğuk kış gününde bana bu önemli soruyu sorduğunuz için teşekkür ederim.

1983 beni en iyi yoluma götürdü.

En iyi arkadaşım ve arkadaşım olduğu için, bu işin ve görevin bu kadar önemli bir parçası olduğu için Jean'e,

tüm sıkı çalışmanız ve kararlılığınız ve özverili çalışmalarınız için

hizmet ve fedakarlık.

Vücut kendi kendini iyileştiren bir organizmadır. Neyin yanlış olduğunu ve neye ihtiyacı olduğunu biliyor. Beden Kodu bu ihtiyaçları nasıl “çözdüğümüzdür”.

ÖNSÖZ

Hayatta açıklayamayacağınız şeyleri keşfetmemle tanınırım. Bilinmeyen benim oyun alanım ve kariyer platformum oldu. Aslında bilinmeyeni bilmeye çalıştım. Bu sizin için de benzer bir arama olabilir. Belki sadece gezegenimizi değil, aynı zamanda kendi bedeninizi, sağlığınızı ve daha fazlasını da anlamaya çalışıyorsunuz.

Radyo programımda Dr. Bradley Nelson ile ilk röportaj yaptığımda, *Kıyıdan Kıyıya AM*, onun son derece popüler olan ilk kitabını tartıştık,*Duygu Kodu*ve duyguların kişinin bedeninde nasıl sıkışıp kaldığı. Dr. Nelson, bu tutsak kalmış duyguların vücutta nasıl hastalıklara yol açabileceğini açıkladı. Ben büyülendim, dinleyicilerim de öyle.

Bugün, doktorlar ve tıp uzmanları da dahil olmak üzere tüm dünyada on binden fazla kişi Nelson'ın çalışmaları konusunda eğitim alıyor.*Duygu Kodu*ve bugün elinizdeki bu kitapla çığır açan çalışmasını daha da genişletti,*Gövde Kodu*.*Gövde Kodu*hastalıklara, bozukluklara ve diğer zararlı sağlık koşullarına neden olan dengesizlikleri bulmamıza ve düzeltmemize yardımcı olur ve bunu takip edilmesi kolay bir dille yapar; bu da okuyucunun, duygusal durumumuzla bütünleştiği için vücudun nasıl çalıştığını derinlemesine anlamasını sağlar. . Beden kaçınılmaz olarak tüm gizemli zekasıyla sizinle konuşacaktır. İfade edilen durumu çözebilmeniz için dikkat edin ve belirtiler bağlamında ne söylediğini öğrenin.

Peki ya sağlığınız hakkında açıklanamayacak şeyler hakkında fikir sahibi olabilseydiniz? Ya bilinçaltınızdan doğrudan bilgi alabilseydiniz? Bedenimizde hâlâ bizi şaşırtan pek çok şey var; Ancak artık kesin olarak bildiğimiz tek şey beyin ile bedenin birbirine bağlı olduğudur. Burada yer alan güzel çalışma bütünü*Gövde Kodu*sana bir yöntem verir

vücudunuzun kodlama sistemini anlayın. Başka bir deyişle, size şu anda kafanızı karıştıran gizemlerin kilidini açmanın anahtarlarını verir. Yüzbinlerce insanın Dr. Bradley Nelson'ın çalışmasıyla vücutlarının gizemlerini çözmeyi öğrendiğini görmek beni çok mutlu ediyor. Aynısını sana da dilerim.

Kendinize, kodları kırma ve gizemleri çözme macerasına izin verin; vücudunuza iyileşme, iyileşme ve sağlıklı kalma şansı verirken, aktif olarak yaşayıp hepimizin kaderinde olduğu gibi gelişebilirsiniz. Bu kitabın size vereceği deneyimin tadını çıkarın ve yolculuğun tadını çıkarın!

George Noory, ev sahibi,*Kıyıdan Kıyıya AM*

DAVET

Hayatımda her şey harika gidiyordu ve bir arkadaşım şöyle dedi: "Hayatta güvenebileceğiniz tek şey değişecek." Haklı olduğunu anlayınca gülmek zorunda kaldım. Her şey çok iyi gidiyor olabilir ve sonra aniden beklenmedik bir şey olabilir, dengenizi gerçekten bozan bir şey olabilir. Herhangi bir önemli hedefe yönelik ne kadar plan yaparsanız, hazırlanırsanız ve çalışırsanız, yolda istemediğiniz veya tahmin edemediğiniz bir tümsek veya dönemeç mutlaka olacaktır. Bu, hayaller aramamanız veya hedefler koymamanız gerektiği anlamına gelmez. Bu sadece fırsatların zorluklarla birlikte geldiği anlamına gelir. Hayat böyledir ve olması gereken de budur.

Hayat sana zorlayıcı bir şey mi verdi? Sağlığınıza kavuşmak ya da yaralı vücudunuzu iyileştirmek için bir çözüm mü arıyorsunuz? Belki yardıma ihtiyacı olan sevdikleriniz var ve onlara yardım etme yeteneğinden yoksunsunuz. Kırık bir kalpten mi acı çekiyorsun? Daha derin mi yoksa daha bağlantılı ve sevgi dolu bir ilişki mi istiyorsunuz? Belki işinizde başarıya ulaşamıyorsunuz. Tanımlanmamış bir şey sizi hayallerinize ulaşmaktan alıkoyuyor mu? Belki hala hayatınızın amacını arıyorsunuz. Çoğu zaman, yanıtları bilmediğiniz yerlerde aramanıza neden olan şey, algılanan zorluklar ve zorluklar ile daha iyisini yapma veya daha fazlasına sahip olma arzusudur.

Bu kitap, vücudunuz ve yaşamınız için denge ve işlev yaratacak çözümler bulmaya yönelik basit ve pratik bir yönteme giriş niteliğindedir. Daha iyi bir sağlığa, daha fazla başarıya ve daha fazla mutluluğa sahip olduğunuzda, hayattaki sorunların sizi engellemesine veya sıkışıp kalmasına izin vermemenizi umuyorum. Otuz yılı aşkın süredir bu yöntemi veya düşünce tarzını kullanarak öğretiyorum, paylaşıyorum ve zorlu sorunlara çözüm buluyorum. Benim ve sayısız başkaları için çok işe yaradı. Ben de sana yardım etmek isterim.

Herkesin değiştirmek istediği, canını sıkan, sıkıntı veren bir şeyi vardır. Muhtemelen bunun sizin için ne olduğu konusunda çok fazla düşünmenize gerek yoktur. Hatta hayatınızda gerçekten büyük ölçüde değiştirmek istediğiniz birkaç şey bile olabilir.

Hepimiz zaman zaman cevaplar arıyoruz çünkü hayat her zaman değişiyor ve kendi doğasında olan zorlukları da beraberinde getiriyor. Yardıma en çok ihtiyaç duyduğunuzda nereye başvuracağınızı bilmeniz için yanıtların erişilebilirliği konusunda sizi etkilemeyi umuyorum.

Neredeyse herkes, nasıl hissettiği konusunda büyük fark yaratacak yanıtları bulmak için Beden Kurallarını kullanabilir. Diğerleri Beden Kurallarını evdeki ailelerine ve sevdiklerine tazminat ödemeden yardım etmek için bir araç olarak kullanıyor. Bazıları bunu kendi yaşamlarını yeni bir anlam, amaç ve neşe yönüne taşımak için kullanıyor. Bazıları çevrimiçi kurslarımızı alıyor ve süreçte gerçek anlamda ustalaşmak ve kendi şifa uygulamalarını yaratmak veya geliştirmek için Beden Kurallarının sertifikalı uygulayıcıları oluyor.

Beden Kodunu kullanan çoğu insan, kendini iyileştirme ve ilerlemenin doğal akışına izin vermek için yeterli dengeyi yeniden kurar; daha iyi hissetmek, acıyı hafifletmek, doktor ziyaretlerini azaltmak, işlevi geliştirmek, yaratıcılığı artırmak, zihinsel engelleri aşmak, ilişkileri geliştirmek ve daha fazlası. .

Beden Kodunun ne olduğu, nasıl çalıştığı ve nasıl kullanılacağı ile ilgili bölümlere geçmeden önce, başarı şansınızı büyük ölçüde artıracak birkaç temel prensibi derinlemesine düşünmenizi öneririm:

1. **Kendinizi yeni bilgilere açın.**

   Sizlere yeni gelebilecek konseptleri sunacağım. Yeni bilgilere açık olduğunuzda, daha önce hiç elde etmediğiniz sonuçlara ulaşma olasılığınız artar. Hiçbirimiz bilinmesi gereken her şeyi bilmiyoruz. Örneğin evren hakkında ne biliyoruz? Milyarlarca yıldızın bulunduğu bir galaksinin kenarında oturuyoruz. Galaksimiz trilyonlarca galaksinin içinde yer alıyor. Ortadaki tüm olasılıklara rağmen, şifaya erişmenin daha önce hiç duymadığınız basit, güçlü ve etkili yolları olabilir mi?

   Eminim ki, üzerinde onlarca yıl çalışmama rağmen ve bazıları beni enerji şifası konusunda uzman olarak görse de, bu konuda bilinmesi gerekenlerin yalnızca küçük bir kısmını anlayabiliyorum.

bu konu. Şu ana kadar öğrendiklerim benim ve birlikte çalıştığım kişilerin hayatını değiştirecek nitelikte oldu. Bildiklerimin sizin için de değerli olacağına inanıyorum.

Bu bilgiler sizin için yeni olsa da umarım açık olursunuz. Bilmeniz gereken daha çok şey olduğunu kabul ederseniz, öğretilebilir bir konumda olursunuz. Paylaşacaklarım birçok kişiyle defalarca denenmiş ve doğruluğu kanıtlanmıştır.

Duygusal ve fiziksel acılarınızı azaltmaya, daha tatmin edici ilişkiler kurmaya, daha iyi bir gelecek yaratmaya, başkalarının mutluluk ve başarı yolculuklarında yardım etmeye ve tüm bunları sevgi ve şükran ışığında yapmaya hazırsanız, o zaman şüpheciliği bir kenara bırakmalısınız. Bu kitabı okurken inanmamak. Zihninizi yeni olasılıklara açarsanız ve yolculuğun tadını çıkarırsanız, bu ödüllendirici bir yolculuk olacaktır.

2. **Kendinizden daha büyük arzularınızı gerçekleştirmek için nedenleriniz olsun.**

Geleceğinize dair bir vizyonunuz yoksa iyileşmek, çıkmazdan kurtulmak ve ilerlemek için yeterince güçlü bir nedeniniz olmayabilir. Acıdan kurtulmayı istemek büyük bir motivasyon kaynağı olabilir ama yeterince ikna edici mi? İstediğiniz hayatı hayal etmek için bir dakikanızı ayırın. Ne kadar çok sevinç hissedebileceğinizi hayal edin. Yeni bakış açınız ve enerjinizle, bir barış yapıcı olarak veya hangi varoluş durumu sizi harekete geçirirse, başkalarının hayatlarını daha iyi hale getirmek için dünyaya nasıl bir katkıda bulunduğunuzu hayal edin. Bu çalışma sayesinde, bu katkıyı yapmakta özgür olacaksınız. Bunun sizin için nasıl görünebileceğine şimdi karar vermeye başlayın.

3. **Sevginin enerjisiyle çalışmayı seçin.**

Kalbinizi ve zihninizi bilinmeyene açarken, bir uyarıda bulunmama izin verin. Her şeyde zıtlıklar vardır: aydınlık ve karanlık, sağlık ve hastalık, sevgi ve nefret. Kendinizi Beden Kodunu öğrenmeye açarken,

bunu korkuyla değil sevgiyle yapmayı seçin. Sevginin ve gerçeğin kalıcı dönüştürücü güç taşıdığına ve bu ışığın sınırları dahilinde çalışmanın sizi olumlu bir ilerleme yolunda tutacağına güvenin.

Pozitif ve negatif enerjiler etrafımızda dönüyor. Işığın, neşenin, umudun ve sevginin pozitif enerjisiyle çalışırken karanlığın otomatik olarak geri çekildiğini düşünün. Tıpkı bir ışık düğmesini çeviriyormuş gibi, karanlık anında yok oluyor.

Bu nedenle, sahip olduğunuz inanç geleneğinden yararlanmaya davetlisiniz. Tutkuyla hissedebildiğiniz ve minnettarlığa, huzura ve sevgiye ilham veren şey bu çalışma boyunca size rehberlik edecektir.

Beden Yasasının özü restorasyondur. Vücudun kendini iyileştirmenin doğuştan gelen bir yolu vardır. Vücut Kodu, dengesizliğin nedenlerini bulmanıza yardımcı olur, böylece bunlar ele alınıp düzeltilebilecektir. Dengeyi yarattıkça zihin, kalp ve beden için iyileşmenin yolu açılır.

Bu sizin güçlenmeye, kendinize ve başkalarına yardım etmeye ve şifa sanatıyla gelen neşeyi keşfetmeye davetinizdir.

TERMİNOLOJİ

Bu kitapta kullanacağım bazı kelimeler sizi daha rahat ettirecekse veya kendi inanç sisteminize daha iyi uyuyorsa başka kelimelerle değiştirilebilir. Örneğin, "Tanrı" kelimesini kullandığımda, yerine "Daha Yüksek Güç", "Kaynak Enerji", "Yaratıcı" veya sizi daha rahat ettirebilecek herhangi bir kelimeyi kullanmaktan çekinmeyin.

Ek 3'te listelenen anahtar terimler bu kitapta en sık kullanılanlardır. Bunların her biri için herkesin üzerinde mutabakata vardığı standart bir tanım çoğu zaman olmadığından, bir anlam yaratma umuduyla kendi tanımlarımı sunuyorum.

biraz netlik. Örneğin, özellikle kafa karıştırıcı bir dizi terim "ruh" ve "bilinçaltı"dır. Bunları benliğin farklı amaçlara sahip iki ayrı yönü olarak görsem de, basitlik adına bunları bu kitapta birbirinin yerine kullanacağım.

Bu konudaki felsefi tartışma ciltler dolusu olabilir ama Beden Kodu uygulamamız için en önemli şey, ihtiyaç duyduğumuz cevaplara hepimizin içindeki, benim "bilinçaltı zihin" olarak adlandıracağım zeka aracılığıyla ulaşabilmemizdir.

BÖLÜM I

VAKIFLAR

Evren sadece düşündüğümüzden daha tuhaf değil, aynı zamanda düşündüğümüzden daha tuhaf.

— WERNER HEISENBERG

1
GÖVDE KODUNA GİRİŞ

Geleceğin tıbbı frekansların tıbbı olacak.

- ALBERT EİNSTEİN

Bu belirsizlik çağında iyi haberlerim var. Mucizevi gibi görünen şeyler her yerde sessizce gelişiyor. Sizin ve benim gibi insanlar sevdiklerini depresyondan, kaygıdan, kronik hastalıktan, acıdan ve daha fazlasından nazikçe kurtarıyor. Işığa ve gerçeğe daha önce hiç olmadığı kadar doğrudan erişime sahip görünüyoruz. İyileştirme sanatı eskiden yüksek eğitimli profesyonellerle sınırlıydı ama artık öyle değil. Son birkaç on yılda doğal şifanın basit ve etkili yöntemleri ortaya çıktı. Bu yeni iyileştirme ve dönüştürme yöntemleri Batı tıbbından kaynaklanmıyor. Bu yenilikçi yöntemler, başka bir farmasötik ilaca veya yeni bir cerrahi yaklaşıma dayanmak yerine, birkaçını saymak gerekirse kuantum fiziği, nörobiyoloji ve epigenetik alanındaki yeni anlayışlardan yararlanıyor. Nihayet insan bedenini gerçekte olduğu gibi, son derece karmaşık bir enerji alanı olarak ele almaya başlıyoruz.

Neyle uğraşırsanız uğraşın, işler değişebilir. Belki de amansız fiziksel acıdan yoruldunuz. Belki kendini bulursun

sonrasında kolayca tetiklendiğini ve duygusal olarak tükendiğini hissetmek. Belki ilişkileriniz stresli ve tatmin edici değil ya da umutsuz görünen bir teşhisle karşı karşıya olabilirsiniz. Sorununuz ne olursa olsun çözüm ve iyileşme mümkündür.

Aniden elimizde olan şey beni enerjilendiriyor ve heyecanlandırıyor. Bir annenin çocuğunun astımını ortadan kaldırmasına yardım ettiğini ya da bir büyükbabanın torunlarına kaygıyı nasıl gidereceklerini öğrettiğini ya da bir kadının bir arkadaşının diz ağrısını gidermesine yardım ettiğini görmek beni utandırıyor ve heyecanlandırıyor. İnsanların evcil hayvanlarının tam sağlığına kavuşmasına yardım ettiğini bile gördüm. Bu kitapta strese, acıya ve hastalığa neden olan, tatmin edici ve sevgi dolu ilişkileri engelleyen ve sizi en iyi benliğiniz olmaktan alıkoyan temel dengesizlikleri bulmanın ve ortadan kaldırmanın ne kadar basit olabileceğini açıklayacağım.

İlk kitabımda,*Duygu Kodu,*Bilinçaltı zihninizin, son derece zeki iç benliğinizin, tuttuğunuz "duygusal bagaj" hakkında her şeyi nasıl bildiğini anlattım. Duygu Kodu, kendi tutsak kalmış duygularınızı, hayatınızı bozan, fiziksel, zihinsel ve duygusal semptomlar yaratan duygusal bagajınızı bulmanız ve ortadan kaldırmanız için bir yol sağlar.

Son otuz yılda, her türlü hastalık, bozukluk ve semptomdan muzdarip her yaştan insanla çalıştığımda, bilinçaltının kişinin çektiği acının gerçek nedenlerini bildiğini defalarca öğrendim. Bilinçaltı, fiziksel acınıza neden olan, hastalık süreçlerine katkıda bulunan veya başarınızı engelleyen tutsak kalmış duyguları bilir. Hatta nesiller boyu aktarılan, hayatınızı sabote eden, miras alınan duygusal enerjileri bile biliyor.

Duygu Şifresi'nin küresel başarısı büyük ölçüde insanlara bilinçaltı zihinlerine nasıl ulaşacaklarını, sorular soracaklarını ve kolayca yanıt alabileceklerini öğreterek, insanların tutsak kalmış duygularını bulup serbest bırakarak sağlıklarını kendi ellerine almalarını sağlamasından kaynaklanmaktadır.

Beden Kodu, Duygu Kodunu genişleterek, uğraşabileceğiniz diğer dengesizlik türlerini ele almak için bilinçaltınıza nasıl erişebileceğinizi öğretir. Bu dengesizliklerin fiziksel, zihinsel ve duygusal semptomlarınızın altında yatan nedenler olduğunu anlamak hayati önem taşımaktadır.

Bilinçaltınız yalnızca duygusal bagajınızı bilmekle kalmaz, aynı zamanda vücudunuzdaki diğer dengesizliklerin tamamını da çok iyi bilir. Örneğin vücudunuzun ihtiyaç duyduğu belirli bir besin maddesini kaçırıyorsanız

En iyi şekilde çalışması gerekiyor, bilinçaltınız bunu biliyor. Bilinçaltınız vücudunuzun enerjisini tüketen düşük dereceli bir enfeksiyon olup olmadığını bilir. Migren baş ağrılarınızın gizli nedeninin kafatasınızdaki küçük bir kemiğin yanlış hizalanması olduğunu biliyor. Bilinçaltınızda saklı olan bilgi, alerjilerinizin aslında çocukken sahip olduğunuz cıva dolumları tarafından tetiklendiği bilgisidir; bu ağır metal şu anda karaciğerinize baskı yapmaktadır.

Ancak bunun gibi dengesizlikler son derece yaygın olsa da, tespit edilmesi ve çözülmesi de kolaydır ve düzeltildiklerinde vücudunuz eski durumuna dönme ve sağlığını ve canlılığını yeniden kazanma konusunda inanılmaz bir yeteneğe sahiptir.

Beden Kodu Sistemi, sorunlarınızın altında yatan gerçek nedenler olan dengesizlikleri "çözmenize" ve düzeltmenize yardımcı olmak için tasarlanmıştır. Bu, vücutta ters gidebilecek her şeyin kapsamlı bir bilgi tabanıdır ve dengesizliğin olduğu yerde dengeyi oluşturmak için kuantum fiziği yasalarını kullanır. Bu yasalar sevgiyle ve niyetle kullanıldığında, neyin yanlış olduğunu keşfetmeniz ve sağlığınızı geri kazanmak için gereken düzeltmeleri yapmanız için beden içinde gezinmenize olanak tanır.

Tıpkı sizin gibi insanlar, migren baş ağrıları, boyun ağrısı, sırt ağrısı, diz ağrısı, karpal tünel sendromu, astım, sabah bulantısı, fibromiyalji, kronik yorgunluk, sindirim sorunları, kısırlık, depresyon, anksiyete gibi sorunları çözmek için Beden Kodunu başarıyla kullandılar. yalnızlık, acı dolu anılar, ilişki mücadeleleri, panik ataklar, travma sonrası stres bozukluğu (TSSB), yeme bozuklukları, fobiler, para sorunları ve kendini sabote etme - bunlardan sadece birkaçı. İyi haber şu ki, bu gibi sorunların üstesinden gelmek düşündüğünüzden çok daha kolay olabilir ve genellikle toksik farmasötik ilaçların kullanımını veya ameliyatı gerektirmez.

Bu kitapla amacım size kendinize bakmanın yepyeni bir yolunun temellerini öğretmek. Cevaplar içinizde. Sormak için hazırlar. Onlarca yıldır hasta olsanız ve mümkün olan her seçeneği tükettiğinizi hissetseniz bile, gerçek her zaman içinizdeydi. Bu kitapta size bu gerçeği nasıl bulacağınızı öğreteceğim.

Sağlıkla ilgili aklınıza gelebilecek hemen hemen her soruya "doğru" yanıt verebilecek, dünyanın en gelişmiş tıbbi veri tabanına doğrudan erişime sahip olduğunuzu hayal edin. Şimdi bu yanıtları kendinize ve sevdiklerinize, karşılaştığınız sağlık sorunlarının üstesinden gelmede yardımcı olmak, yaşam koşullarınızı iyileştirmek ve daha fazlasını eklemek için kullandığınızı hayal edin.

Günlük yaşam deneyiminize canlılık. Peki ya tüm bunları dünyanın herhangi bir yerinden, diğer kişiyle fiziksel temas halinde olmanıza gerek kalmadan yapabilseydiniz? Bu sadece mümkün olmakla kalmıyor, aynı zamanda dünya çapında binlerce insanın bu basit enerji şifa yöntemini öğrenmesiyle her gün oluyor.

Peki buna neden ihtiyacımız var? Batılı "en son teknolojiye sahip" tıp sistemimiz, en iyi ve en parlak tıp uzmanlarına sahiptir ve onları desteklemek için her yıl trilyonlarca dolar harcanmaktadır. Elbette tüm dertlerimize en güzel cevapları vereceklerdi. Ancak bazı nedenlerden dolayı sadece zihinsel ve fiziksel sağlığı bulmakta zorlanıyoruz, aynı zamanda savaşı kaybediyor gibiyiz. Hatta yakın zamanda yapılan bir araştırma, dünya nüfusunun yüzde 5'inden azının herhangi bir sağlık sorunu yaşamadığını ortaya koydu.

NEDEN HALA ZORLANIYORUZ?

Sağlık sistemimizde bir şeyler yolunda gitmiyor. 2014 yılı itibarıyla tahminen 150 milyon Amerikalı, yani nüfusun yüzde 47'si, en az bir kronik hastalıktan muzdaripti.[1]Bu sayının 2020 yılına kadar 157 milyona çıkması bekleniyor.

Amerika Birleşik Devletleri'nde, herhangi bir ülkede sağlık hizmetlerine yılda en fazla para harcayan ülke olduk: 2017'de kişi başına yıllık 9.237 dolar.[2]Ancak Amerikalılar diğer on altı gelişmiş ülkedeki insanlardan daha genç ölüyor ve hastalıklara yakalanma oranları daha yüksek.

Tıbbi hatalar ve reçeteli ilaçların yanlış kullanımı veya aşırı doz, Amerika Birleşik Devletleri'nde önde gelen ölüm nedenleri arasındadır. Yapılan ameliyatların çoğu ciddi ve gereksizdir. Amerika Birleşik Devletleri, ekonomideki payı olarak sağlık hizmetlerine dünyadaki herhangi bir ülkeden daha fazla harcama yapıyor, ancak sanayileşmiş ülkeler arasında en düşük yaşam beklentisine ve en yüksek intihar oranlarından birine sahip.

Bu paranın bize satın aldığı şey ne sağlık ne de mutluluk. Bir çalışmada Amerika Birleşik Devletleri genel sağlık açısından on yedi varlıklı ülkenin yer aldığı listede on yedinci sırada yer aldı.[3]

Amerikan Bağımsızlık Bildirgesi'ni imzalayanlardan biri olan Dr. Benjamin Rush'ın şunları söylediğinde ileri görüşlü olduğuna inanıyorum:

Tıbbi Özgürlüğü Anayasa'ya koymadığımız sürece, tıbbın gizli bir diktatörlük şeklinde örgütlenerek iyileştirme sanatını belirli bir sınıf insan ve şirketlerle sınırlandıracağı ve diğerlerine eşit ayrıcalıkları tanımayacağı ve tıp biliminin Bastille'ini oluşturacağı bir zaman gelecek. .

Ne yazık ki öngörüsü gerçekleşti ve şu anda tam da bu durumdayız, en azından Amerika Birleşik Devletleri'nde.

Bu soruna diğer ülkelerden daha fazla para harcamamıza rağmen Amerikalıların sağlığı neden bu kadar kötü? Neyi yanlış yapıyoruz? Bunun bir nedeni, tıbbın büyük ölçüde semptomları kovalamaya odaklanmasıdır. Ve semptomları kovalamak, vücuda bakmanın çok etkisiz bir yoludur.

Çoğu insanın zihninde sorun semptomlardır ve bunların bastırılması gerekir. İlaç şirketlerinin ürettiği ilaçların çoğu semptomları baskılayacak şekilde tasarlanmıştır. Çoğu insan şu ya da bu tür semptomları bastırmak için ilaçlar almıştır ve bu bazen çok uygun olabilir. Ancak semptomları bastırmak, bu semptomların altında yatan nedenleri çözmez; yalnızca onları maskeler.

Semptomları kovalamak sonuçta etkisizdir. Bu çok sık meydana geldiğinden, altmış yaşın üzerindeki kişilerin aynı anda bir düzine veya daha fazla farklı ilaç kullanması alışılmadık bir durum değildir. Bu ilaçlardan bazıları, halihazırda almakta oldukları diğer ilaçların yan etkilerini ortadan kaldırmak için alınır ve bu kadar çok farklı ilaç tüketilirken hangi tehlikeli ilaç etkileşimlerinin meydana gelebileceğini belirlemek imkansızdır.

Peki ya semptomlara tamamen başka bir açıdan bakarsak?

Kayropraktik uzmanı olarak çalışan bir doktor olarak, insanların semptomlarını baskılayacak ilaçları yazma iznim yoktu ve sorunlu organları çıkarmak için ameliyat da yapamıyordum. Bu yüzden insanların sorunlarına gerçekte neyin sebep olduğunu bulma zorunluluğu ikilemiyle karşı karşıya kaldım.

Aklıma belirli bir hasta geliyor. Sheryl çocuklarından birini kaldırırken sırtını incitmişti ve yardım için bana gelmişti. Onunla konuştuğumda çok rahatsız olduğunu görebiliyordum. Sorun sadece sırt ağrısı değildi. Ayrıca önceki iki yıldır yaşadığı migren baş ağrısından da acı çekiyordu.

haftalar ara vermeden. Belirtileriyle başa çıkmak için çok az etkisi olan güçlü ilaçlar alıyordu.

Tedavisi sırasında kafatasının tabanında yanlış hizalanmış bir kemik olduğunu fark ettim. Kayropraktik düzeltme yoluyla o kemiği yeniden hizaladığımda, migreni aniden ve tamamen yok oldu. Bu tamamen beklenmedik bir durumdu ve onun için oldukça şaşırtıcıydı, ama biraz kafası karışmış gibi görünse de, bu rahatlama için minnettardı.

Yaklaşık bir hafta sonra onu tekrar gördüm ve duygusal durumu beni şaşırttı. O kızgındı. İlk başta bana kızdığını düşündüm ama şöyle açıkladı:

> *Son yirmi yıldır neredeyse her gün migren ağrıları çekiyorum. Son yirmi yıldır pek çok farklı doktora gittim ve onların yaptığı tek şey migrenimi tedavi etmek için bana ilaç yazmak oldu. Son yirmi yıl tam bir cehennem gibiydi. Karanlık bir odada perdeleri çekili olarak bu acıya dayanmaya çalışarak kaç saat geçirdiğimi size anlatamam. Bana yazılan, bazıları çok pahalı olan ve beni hasta eden tüm bu ilaçlara ne kadar para harcadığımı anlatamam. Buraya geldiğimden beri hiçbir baş ağrısı yaşamadım ve sen beni ayarladın. sana kızgın değilim; Bunca yıl boyunca muayene olduğum doktorlara kızgınım çünkü hiçbiri bana migren ağrılarımın altında yatan bir neden olabileceğini söylemedi. Yaptıkları tek şey bana ilaç verip bununla yaşamamı ve gerçekten yapılabilecek hiçbir şey olmadığını söylemekti. Bilmeleri gerekirdi. Öfkeliyim çünkü hayatımın bir daha geri getiremeyeceğim yirmi yılını kaybettim.*

Sheryl'in hikayesi Batı tıp sisteminde çok yaygın. Yıllar boyunca onunkine benzer hikayeleri olan çok fazla insan gördüm. Ve gerçekten doktorları suçlayamazsın. Ellerinden gelenin en iyisini yapıyorlar, ancak eğitim ve öğretimleri hastalığın temel nedenlerini bulmak yerine insanların semptomlarını bastırmaya yönelik.

Batı tıbbı daha bütünsel bir yaklaşımı benimseyene kadar insanlar işe yarayan alternatifler arıyor ve Beden Yasası bu ihtiyacı çok iyi karşılıyor. Ve bu kitapta size kemiklerin nasıl yeniden hizalanacağını öğretmeyecek olsam da,

birçok yanlış hizalamaya neden olan temel dengesizliklerin nasıl ortadan kaldırılacağını anlamanıza yardımcı olacaktır.

KAHRAMANCA ÖNLEMLER

Tıbba geleneksel yaklaşım, İç Savaş'ta ve I. ve II. Dünya Savaşlarında savaş alanında olgunlaştı. Benim "kahramanca önlemler" olarak adlandırmayı sevdiğim bir kavram etrafında gelişti. Bu, eğer bir askerseniz ve bir gülle savaş alanına sıçrayıp bacağınızı koparırsa, doktorunuzun hızlı ve kahramanca önlemler almasını umsanız iyi olur, çünkü kesinlikle acil yardıma ihtiyacınız var. Elbette savaş alanlarında ve ameliyathanelerde kahramanca başarılar sergileyen ve hayat kurtaran ameliyatlar gerçekleştiren birçok doktor olmuştur ve bunların kesinlikle en iyi seçim olduğu zamanlar da vardır.

Ancak sorun şu ki, son dakika müdahalesine odaklanma, bu konuda herhangi bir şey yapmadan önce bir krizin patlak vermesini beklemeye eğilimli olduğumuz bir durum yarattı. Sonuç olarak, modern Batı tıbbı hastalığın dış nedenlerine, dramatik müdahaleye ve semptomatik rahatlamaya odaklanır. İnsanların sorunlarına gerçekte neyin sebep olduğunu bulmak zorunda kalma ikilemiyle karşı karşıya kaldım.

CERRAHİ—DRAMATİK BİR MÜDAHALE

Cerrahi, Batı tıbbında en yaygın dramatik müdahaledir. Elbette, örneğin travmatik bir kaza sonrasında ameliyatın uygun olduğu zamanlar vardır. Mikrocerrahideki ilerlemeler, küçük kan damarlarının ve hatta sinirlerin inanılmaz derecede hassas bir şekilde yeniden bağlanmasını gerektiren, parmakların ve uzuvların başarılı bir şekilde yeniden birleştirilmesiyle sonuçlanan şaşırtıcı faydalar sağlamıştır. Hiç kimse bu ilerlemelere kendi kriz zamanlarında fayda sağlayanlar kadar minnettar olamaz.

Ameliyat bazen son derece uygundur ancak birçok vakada gereksiz bir tedavi şekli olduğu kanıtlanmıştır. Son derece invaziftir ve çoğu zaman etkisizdir. Örneğin, 1976'da Amerikan Tabipler Birliği (AMA), "Amerikalılar üzerinde 3,9 milyar dolara mal olan 2,4 milyon gereksiz ameliyat yapıldığını ve 11.900 hastanın ameliyata alındığını" iddia ederek gereksiz ameliyatlarla ilgili bir kongre duruşması yapılması çağrısında bulundu.

gereksiz operasyonlar nedeniyle öldü.” Kırk yıldan fazla bir süre sonra pek bir şey değişmedi.*[4]

Peki ya bu hastalar ameliyat olmadan önce Beden Kodunu denemiş olsaydı? Bir sonraki hikayede, Norah adındaki Beden Kuralı uygulayıcısı bir danışanın tam da bunu yapmasına yardım etti.

Sırt Ameliyatı Önlendi

> Şiddetli sırt ağrısı çeken ve aylardır ameliyatı bekleyen bir adamla çalıştım. Lomber omurgası kötü bir şekilde kötüleşiyordu. İlk Beden Kodu seansımızda bel omurlarının her birindeki dengesizlikleri düzelttik. İkinci seansta ikimiz de ağrının giderilmesine, böylece kullanmakta olduğu ilaçlara artık ihtiyaç duymamasına niyet ettik. Karaciğer temizliği yaptı ve gluten yemeyi bıraktı. Beden Kodu seanslarımızdan bu yana, artık her gün yürüyor, ilaç kullanmıyor ve çoğunlukla ağrısı yok. İltihap enerjisi üzerinde çalışmaya ve gerektiğinde tutsak kalmış duyguları serbest bırakmaya devam ediyoruz. Pek çok mucizeden biri!
>
> - NORAHB., BRİTİŞCOLUMBIA, CANADA

Fiziksel ağrı muhtemelen insanların uğraşmak zorunda olduğu en yaygın semptomdur. 2016 yılında Amerika Birleşik Devletleri'nde yaklaşık 50 milyon insanın, yani nüfusun yaklaşık yüzde 15'inin kronik ağrıdan muzdarip olduğu tahmin ediliyordu.

Batı dünyasında, semptomlarımızın nedeni olan dengesizliklerden uzak durmaya çalışmak yerine, semptomlarımızdan kurtulmanın yolu olarak ilaçlara ve ameliyatlara güvenme eğilimindeyiz. Bu, bir sağlık bakım sistemini, daha doğrusu bir hastalık bakım sistemini yürütmenin çok pahalı bir yoludur. Muazzam ve çoğu zaman fahiş maliyet nedeniyle insanların alternatif araması şaşırtıcı değil. Bu durum onların sadece cüzdanlarını etkilemekle kalmıyor, aynı zamanda onların değerli zamanlarını ve yaşam kalitelerini de çalıyor.

Carmen'in hikayesinde, acı ve ıstıraplarla dolu karanlık bir gelecek, Beden Şifresini kullanmayı öğrenen bir arkadaşı tarafından değiştirilmiştir.

Farklı Bir Gelecek

Çok yakın bir arkadaşım seyahatten önce aşı oldu ve kısa bir süre sonra Kosta Rika'da tatildeyken vücudunda çok fazla ağrı ve iltihaplanmanın yanı sıra beyin bulanıklığı ve paranoya yaşamaya başladı, bu da başkalarının yanında olmayı dayanılmaz hale getiriyordu ... Sonunda kendisine lupus, fibromiyalji ve osteoartrit teşhisi konuldu ve tepeden tırnağa ağrıyordu. Uzmanı, hayatının geri kalanında bu şekilde yaşamak zorunda kalacağını, rahatsızlığını reçeteli ilaçlarla yönetebileceğini ve bunun kendisini daha da kötü hissetmesine neden olacağını söyledi.

Bu noktada takip edilecek Beden Kodu ile Duygu Kodu sertifikasına sahip oldum. Rahatsızlığı ve iltihabının yanı sıra tüm toksisiteyi de ele aldık. Bu kronik semptomların giderilmesi birkaç seans sürdü, ancak her seanstan sonra bir iyileşme fark etti! Dualarının cevabı olduğumu söyledi. Bu beş yıl önceydi! Bugün acı çekmeden yaşıyor, hiçbir ilaç kullanmıyor ve altmış iki yaşında olmasına rağmen enerji seviyeleri yirmili yaşlarına dönmüş gibi hissediyor. Sürekli çektiği acıları hatırlıyorum. O korkunçtu. Benim onun lütfu olduğumu söyledi ve bu inanılmaz teknikte bana büyük başarılar diledi. Brenda artık Duygu Şifresi uygulayıcılarından biri ve pek çok hayata dokundu.

- CERMENİYAPMAKNTARIO, CANADA

İYİLEŞMEDE DÖNÜM NOKTASI

Sadece birkaç on yıl önce bilimsel düşünce, herhangi bir tür insan enerji alanının varlığını reddediyordu. O zamandan beri bilim adamları fikirlerini tamamen değiştirdiler. Artık bir enerji alanının var olduğunu kesin olarak biliyorlar.

Örneğin, SQUID (süper iletken kuantum girişim cihazı) manyetometresi olarak adlandırılan bir cihaz, vücudun biyokimyasal ve fizyolojik aktivitelerinin yarattığı biyomanyetik alanları tespit edebilir.

Vücudun etrafındaki biyomanyetik alanların, hastanın sağlığı hakkında geleneksel elektrikten daha doğru bir okuma sağladığı bulunmuştur.

EEG ve EKG gibi ölçümler. Aslında bilim adamları artık kalbin elektromanyetik alanının o kadar güçlü olduğunu ve vücuttan 3 metre uzakta doğru bir şekilde ölçülebileceğini biliyorlar. Okuma, vücudun herhangi bir noktasından ve elektromanyetik alandaki herhangi bir noktadan alınabilir, çünkü alanın kendisi bilgiyi üç boyutlu veya holografik bir şekilde içerir.

Yine de geleneksel Batı tıbbı uygulamalarında enerji alanının önemi dikkate alınmamaktadır. Sonuç olarak, hastalar genellikle hastalıklarının altında yatan nedenlere yeterince dikkat edilmemesi nedeniyle gereksiz yere acı çekerler.

Ancak son zamanlarda pek çok geleneksel olmayan şifa uygulaması alay konusu olmaktan çıkıp saygı duyulmaya dönüştü. Bunun nedeni kısmen teknolojinin gelişmesi, bilim adamlarının daha doğru testler yapmasına olanak sağlaması ve ayrıca bu alternatif şifa yöntemlerinin gerçekten işe yaramasıdır. Örneğin, EMDR (Göz Hareketleriyle Duyarsızlaştırma ve Yeniden İşleme) adı verilen popüler bir ruh sağlığı yöntemi, birçok çalışmaya göre gaziler arasında TSSB için en etkili tedavilerden biridir. Ancak yirmi yıldan daha kısa bir süre önce, akredite kurumlar tarafından şarlatanlık olarak görülüyordu. Öyle bile olsa, TSSB için EMDR genellikle en az üç aylık bir süreç olarak tavsiye edilirken Beden Yasası ve enerjiyle ilgili diğer yöntemler genellikle günler veya haftalar içinde etkili olur.

Etkili ve geniş çapta benimsenen alternatif yöntemin bir başka örneği de akupunkturdur. Bu yazının yazıldığı an itibariyle Vikipedi'de şunlar yazıyor:

> *Akupunktur bir sahte bilimdir; TCM'nin (geleneksel Çin tıbbı) teorileri ve uygulamaları bilimsel bilgiye dayanmamaktadır ve şarlatanlık olarak nitelendirilmektedir.*

Fakat,*Bilimsel amerikalı,*2014'te popüler bir bilim dergisi

söz konusu:

> *Akupunkturun kronik ağrı durumlarında etkili olduğuna dair güçlü kanıtlar mevcuttur. Depresyon için akupunkturun geleneksel tedaviye yararlı bir yardımcı olduğuna dair kanıtlarımız var. Yakın zamanda yapılan bir denemede, antidepresan kullanan ve akupunktur alan hastaların, yeni ilaç alan hastalara göre önemli ölçüde daha iyi sonuçlar elde ettiği görüldü.*

Belki de daha ilgi çekici olan, binlerce yıl önce başlangıcından bu yana akupunktur yoluyla acıdan kurtulan ve sağlıklarını iyileştiren milyonlarca insanın ifadeleridir.

Çinli tıp doktorları tarafından uzun zamandır kullanılan ve tanınan enerji meridyenlerine ilişkin bilgi ve anlayış, bir zamanlar Batılılar tarafından gizemli ve tuhaf görülüyordu. Ancak artık ana akım bilim, alternatif tedavilerin gerçekten uygulanabilir olduğunu kabul etmeye başladığından, daha fazla insan enerjiyi kullanan yöntemlere açık. Akupunktur özellikle enerjik iyileştirme gücüyle tanınmaktadır. Sinir müdahalesini ortadan kaldıran kayropraktik ayarlamaların, klinik araştırmalarda uzun süreli ve önemli faydalara sahip olduğu da kanıtlanıyor; bu, kayropraktik doktorlarının ve hastalarının yüz yılı aşkın süredir bildiği bir şey.

Kayropraktik, Amerikan Tabipler Birliği, Amerikan Cerrahlar Koleji ve Amerikan Radyoloji Koleji'ne karşı başarılı bir davayla sonuçlanan oldukça organize bir karalama kampanyası nedeniyle neredeyse yok edildi. 1987'de federal yargıç Susan Getzendanner, komplolarını "sistematik, uzun vadeli bir yanlışlık ve lisanslı bir mesleği yok etmeye yönelik uzun vadeli bir niyet" olarak tanımladı. Yargıç Getzendanner'ın kararında, ülkenin en büyük doktorlar grubunun, "kayropraktik mesleğini kontrol altına almak ve ortadan kaldırmak" için tasarlanmış bir doktor boykotuna öncülük ettiği belirtildi.

Son otuz yılda, enerji şifa yöntemleri de dahil olmak üzere doğal şifa yöntemlerine doğru hızlı bir geçiş oldu. İnsanlar iyileşmek için müdahalesiz yollar ararken, tıp-farmasötik kuruluşları şüpheli aşı uygulamaları ve kimyasal tedavilere daha fazla ağırlık veriyor.

İnsan bedeninin enerjik, canlı, duygusal ve ruhsal bir varlık olduğunu kanıtlayacak çok sayıda kanıt mevcuttur. Enerjinin ve evrenin doğası hakkında öğrendiklerimiz ışığında, her hastalığı ilaçla ve/veya ameliyatla tedavi etmeye çalışmanın vücuda ilkel bir yaklaşım olduğu kanıtlanıyor.

Bugün tıp tarihinde bir dönüm noktasındayız. Kuantum fiziği ve kuantum biyolojisinin her şeyin enerji olduğunu ve her şeyin birbiriyle ilişkili olduğunu kanıtlayan keşifleriyle bir kapı açıldı. Acıyı hafifletmek için, altta yatan gerçek dengesizliklere (semptomların gerçek nedenlerine) değinmek, bütünlüğü ve sağlığı yeniden sağlamanın çok daha verimli ve etkili bir yoludur.

Araştırmalar, insanın enerji alanı hakkında bildiklerimizin sınırlarını zorlamaya devam edecek. Hal böyleyken, enerji dengesizliklerinin ve bunların neden olduğu hasarın eninde sonunda tıp camiası tarafından tam olarak tanınacağını umuyorum. Alternatif uygulayıcıların kullandığı manyetik ve enerjik şifa teknikleri, mümkün olan en iyi, en kapsamlı ve en nazik şifayı sağlamak için geleneksel tıpla bütünleştirilmeye başlıyor.

Batı tıbbının bir kadının felçli koluna yardım edemediği, ancak bir seansta Robert adında bir adamın Vücut Kodunu tam da bunu yapmak için kullandığı şu deneyimi düşünün.

Felçli Bir Kol

Beden Kodunu kullanmayı ilk öğrendiğimde, yürüttüğüm tedavi programındaki öğrencilerin evlerine sık sık giderdim. Vücut Kodunu isteyen herkesle yapardım. Akşam seansı neredeyse bitmek üzereyken, bir kadın personel bana sol kolu üzerinde çalışıp çalışmayacağımı sordu. Felç nedeniyle uzun yıllar kolunu kaldıramadığını paylaştı. Doktora gitmesine ve yıllarca birikmiş doktor faturalarına rağmen o kolunda hiçbir his yoktu. Beden Kodunu kullanarak bazı dengesizlikleri bulduk ve serbest bıraktık. Seansın hemen ardından kolunun karıncalanmaya başladığını bildirdi. Bir süre sonra kolunu biraz kaldırabildiğini fark etti. Ben ayrılmaya hazırlanırken hepimizi hayrete düşürerek kolunu başının üzerine kaldırdı. Kolu o zamandan beri iyi durumda ve bu birkaç yıl önceydi. Doktoruna kolunu kaldırabildiğini gösterip enerji çalışmasını anlattığında, doktor kesin bir dille "Bu imkansız!" dedi.

- ROBERTN., UTAH, sennİTEDSTATES

Büyük bilimkurgu yazarı Arthur'un bir sözü aklıma geldi C. Clarke, "Yeterince gelişmiş herhangi bir teknoloji sihirden ayırt edilemez" dedi. Beden Kodu sihir değildir ama gerçekten çok ileri bir teknolojidir.

Hastalığa neden olan temel dengesizlikleri bulabilirseniz bunları ortadan kaldırabilirsiniz. Gövde Kodu bunu kolaylaştırır.

ALTERNATİF TIP İLE TANIŞIM

On üç yaşımdayken sırtımda gelip giden, beklenmedik bir şekilde beni vuran ve nefesimi kesen şiddetli ağrılar çekmeye başladım. Endişeli ailem beni hastaneye götürdü; burada yapılan teşhis testleri, bir çeşit böbrek hastalığından muzdarip olduğumu gösterdi. Yıllar sonra annem bana, doktorların kendisine ve babama özel olarak hayatta kalma şansımın yarı yarıya olduğunu ancak durumuma yönelik herhangi bir tıbbi tedavi bulunmadığını söylediklerini anlattı. Batı tıbbının sunabileceği hiçbir şey olmadığından bana yardım etmek için kendi başlarınaydılar. Böbreklerimi zorlamamak için koşmamam ya da oynamamam gerektiğini söylemek dışında doktorların hiçbir tavsiyesi yoktu. Artık apaçık ortada olduğundan bunu duymama gerek yoktu. Bazen en ufak bir hareket dayanılmaz bir acıya neden olabilir.

Hayatımız alt üst oldu. Bir anda hayatım tehlikeye girdi. Annemle babam çok endişeliydi ve ben de vücuduma saplanacak ani, bıçak gibi acılardan kaçınmak için yumurta kabuklarının üzerinde yürüyordum.

Küçük bir çocukken annemle birlikte sağlıklı gıda mağazalarına birçok gezi yaptığımızı hatırlıyorum. Pek çok kişi tarafından "sağlık delisi" olarak görülüyordu. Bu, popüler veya modaya uygun hale gelmeden çok önceydi. O zamanlar tıp mesleği, vitamin alan herkesin aslında biraz deli olduğunu ve ana sağlık hizmeti yöntemleri olarak ilaçları ve ameliyatı reddedenlerin gerçekten "deli" olduğunu düşünüyor gibiydi.

Evdeki raflarımız, annemin bize düzenli olarak dağıttığı her türlü vitamin takviyesiyle doluydu. Sağlıkla çok ilgileniyordu ve sürekli olarak doğal tedaviler ve çareler üzerinde çalışıyordu. Sağlıkla ilgili hemen hemen her şeyi biliyor gibiydi. İnsanlar onu sık sık arayıp çeşitli sağlık konularında tavsiyelerini sorardı ve o hiçbir zaman cevapsız veya önerisiz kalmazdı.

Annemle babama Batı tıbbının hasta oğullarına sunabileceği hiçbir şey olmadığı söylendiğinde annem yılmadı. O ve babam beni alternatif doktorlara götürdüler. Aslında bu doktorlar bana hastanedeki aileme pek umut vermeyen doktorlardan tamamen farklı bir tür gibi göründü. Hastanede pratik yapmadılar. Bunun yerine kasabanın kenarında, buğday tarlasının ortasında bulunan bir karavan evinde antrenman yaptılar. Bazen ayakkabılarımı görmeye gittiğimizde çamurları kazımak zorunda kaldığımı hatırlıyorum. gördüğümü de hatırlayabiliyorum

Bu alternatif doktorları görmek için başka eyaletlerden gelen otobüs dolusu insan, başka hiçbir yerde alamayacakları yardımı almak için yüzlerce kilometre yol kat etti.

Bu iki doktor Batı tıbbını hiç uygulamıyordu. Bunun yerine vücuda bir bütün olarak baktılar. Bana bütün bir insan gibi davranmaya, tadı acı olan bitkisel içecekler vermeye ve omurgamın kemiklerini yeniden hizalamaya başladılar.

Sonuç? Bir anda ağrı hem daha az sıklıkta hem de daha az şiddetli olmaya başladı. Birkaç hafta içinde kendimi çok daha iyi hissediyordum. Çok geçmeden normal hayatıma döndüm ve hasta olduğumu neredeyse unutmuştum.

Her ne olursa olsun, tedbiri elden bırakmamak adına ailem beni aynı tıp doktorlarının testlerini tekrar yaptırmaları için kliniğe geri götürdü. Hatırladığım kadarıyla testler bir kez değil iki kez yapıldı. Negatiftiler. İyileştim ama o büyük, pahalı klinikteki tıp doktorları tarafından değil. Aslında bana yardım etmek için hiçbir şey yapmadıklarını biliyordum.

Bunun yerine, kasabanın kenarında, çamurlu bir arazideki eski bir karavanda pratik yapan bütünsel doktorlar hayatımı kurtarmıştı. Kalbimin derinliklerinde, varlığımın özünde bu insanların yaptıklarının tam olarak bedenimin ihtiyacı olan şey olduğunu biliyordum. Tıp mesleğinin benim için ne yapacağını anlamaması bana tuhaf geldi. Aslında bana hiçbir şey teklif etmemişlerdi. Hayatımın o noktasında, insanların iyileşmesine nasıl yardımcı olabileceğini bilen bir doktor olarak büyümek istediğime karar verdim.

Eğer şehrin kenarında çamurlu bir arazide bir karavanda antrenman yapmam gerekiyorsa bu benim için sorun değildi. Anladığım kadarıyla sonuç alan doktorların doğal yaşam alanı burası gibi görünüyordu.

FİBROMİYALJİ DESTEK GRUBU

Yıllar önce yerel bir hastanede düzenlenen fibromiyalji destek grubuna konuk konuşmacı olarak davet edilmiştim. Eğer aşina değilseniz, fibromiyalji çok ağrılı ve genellikle umutsuz bir durumdur ve nedeni bilinmeyen, yaygın ve geri dönüşü olmayan kas ağrısına neden olur. Elli kişilik bu grupla yaklaşık bir saat konuştum. Birkaç sıra geride oturan bir kadının tüm sunumum boyunca sessizce ağladığını fark etmeden duramadım.

Bitirdiğimde bana on dokuz yıldır fibromiyalji hastası olduğunu söyledi. Geçtiğimiz on dokuz yıl boyunca dokuz farklı doktora gitmişti ve hepsi ona aynı şeyi söylemişti. Onun bir daha iyileşmesi için gerçekten hiçbir umut olmadığını söylediler. Yapabileceği tek şeyin önerilen ilaçları alması ve acıyla yaşamaya razı olması gerektiği söylenmişti. Ağladığı için özür diledi ancak şiddetli ağrısından dolayı her gün ağladığını söyledi. Sunumum sırasında sadece ağrısından dolayı değil, aynı zamanda bunca yıldır ilk kez bir doktorun iyileşmesi için umut olabileceğini söylediğini duyduğu için ağladığını bilmemi istedi.

Ofisime geldiğinde onu muayene ettim ve Beden Yasasının ele aldığı altı alanın tamamında dengesiz olduğunu gördüm. Omurgasında pek çok yanlış hizalama vardı ve bu durum beyni ile vücudundaki organlar, bezler ve diğer dokular arasında zayıf iletişim oluşmasına neden oluyordu. Diğer tutsak duyguların yanı sıra bir Kalp Duvarı (duygusal enerjilerin kalbin etrafına sarıldığı yer) vardı. Onu patojenler açısından kontrol ettiğimde parazitlerin yanı sıra bir takım viral enfeksiyonlar da buldum. Çoklu beslenme eksiklikleri, toksisitesi ve organ ve bezlerinde dengesizlikler vardı. Bilinçaltı zihni tüm bunları kas testi yoluyla gösterdi. Soru sormayı ve bilinçaltınızdan yanıt almayı öğrendiğinizde yanıtların bu kadar kolay ve hızlı gelmesi şaşırtıcıdır.

Bu dengesizlikleri düzeltmek için onun üzerinde düzenli olarak çalışmaya başladım. Üç hafta içinde fibromiyalji semptomları tamamen ortadan kalktı. Aslında elinde kalan tek acı, uzun yıllardır sağ baş parmağında uğraştığı artritten kaynaklanıyordu. Bu küçük rahatsızlıkla yaşayabilirdi. Hayatı değişti.

Muayenehanemin son on yılı boyunca, kronik ve tedavi edilemez olduğu iddia edilen hastalıklardan mustarip birçok hasta gördüm. Birkaç istisna dışında büyük çoğunluğu iyileşmeyi başardı. Bazen çok çabuk iyileşiyorlardı. Bazıları sadece birkaç hafta içinde, bazıları aylarca, diğerleri ise birkaç ay içinde iyileşti. Önemli olan şu ki, bilinçaltına hastalığın altında yatan gerçek nedenleri sorduğunuzda, o size sağlıklı yaşama giden en kısa yolu sağlayabilir.

Fiziksel, duygusal ve zihinsel sağlığın çoğu zaman zayıflatıcı zorluklarıyla baş etmek çok zor olabilir. Sorunlarımızı çözmenin yeni yollarına ihtiyacımız var. Zihin ve beden iyileştirme uygulamalarını entegre etmek yeni değil. Ancak

bunu herkesin öğrenebileceği ve nispeten hızlı olan bir yöntemle yapmak devrim niteliğindedir.

Mie'nin hikayesinde, tüm ailesi, yalnızca bir kişinin Beden Kodunu kutsamak ve iyileştirmek için kullanmasının etkisiyle değişti.

Bir Aileyi İyileştirmek

Yetmiş yaşındaki annem demans benzeri semptomlar ve hafif halüsinasyonlar göstermeye başlayınca bizi alarma geçirdi. Sanki birkaç ay içinde otuz yıl yaşlanmış gibi davranıyordu. Ailem perişan haldeydi. Japonya'dan ayrıldığım ve uzaktan yardım edemediğim için kendimi özellikle çaresiz hissettim. Yapabildiğim tek şey semptomlarını ve ilaçlarını araştırıp önerilerde bulunmaktı. Tıbbi rahatsızlıklarından sadece bazıları uykusuzluk, yüksek tansiyon, düzensiz kalp atışı ve şiddetli karın ağrısıydı; her birinin yan etkileri olan kendi reçeteli ilaçları vardı.

İşte o zaman okudum*Duygu Kodu*kitap. Bu fikir aklıma gelir gelmez ona Duygu Kodu şifasını uygulamaya başladım. Kalp Duvarı ve iki yüzden fazla tutsak duygu birkaç ay içinde yok oldu.

Onunla ilgilenen babam, onda görmeye başladığı değişikliklere inanamıyordu. Eskisi gibi iletişim kuruyordu. Gece boyunca herhangi bir ilaç almadan (on beş yıldan fazla süredir kullanıyordu) uyudu ve karın ağrısı ortadan kayboldu. İletişimi eskisi kadar hızlı ve esprili hale geldi ve halüsinasyonları ortadan kalktı.

Sağlığına ve gülümsemesine kavuştu! Babam bana defalarca teşekkür etti ve şöyle dedi: “Sevgili Seiko'm geri döndü! Annen için ne yaptıysan şifa işe yaradı ve muhteşem!”

Kız kardeşim annemin geçirdiği değişiklikleri görünce benden sırt ağrısı üzerinde çalışmamı istedi. İki veya üç seanstan sonra beni aradı ve saatlerce ayakları üzerinde çalıştıktan sonra bile sırt ağrısını hafifletmek için artık dinlenmeye ihtiyacı olmadığını söyledi.

Ayrıca benden, bebekliğinden beri astım hastası olan sekiz yaşındaki yeğenim üzerinde çalışmamı istedi. Serbest bırakıldıktan sonra

Otuz kadar tutsak duygudan sonra beni aradı ve rahat nefes alabildiğini söyledi ve astım ilacını almayı bıraktı. “Teşekkür ederim teyzeciğim, artık nefes alabiliyorum!” diyen mutlu sesini unutamıyorum. Harikaydı. Sana yeterince teşekkür edemem.

- MIEİLENTARIO, CANADA

Duygu Kodunun Beden Kodunun bir parçası olduğunu, yani vücutta işlev bozukluğuna neden olan duygusal bagajı veya tutsak kalmış duyguları salıvermenizi sağlayan kısım olduğunu anlamak önemlidir. Mie'nin hikayesinde, yalnızca Duygu Şifresini kullanmak, sevdiklerinin hayatlarında muazzam bir fark yaratmak için yeterliydi.

Beden Kodu, asgari eğitime sahip herkesin bilinçaltının muazzam iyileştirici gücünün kilidini tamamen açmasına olanak tanır. Basit ama inanılmaz derecede güçlü ve kapsamlıdır ve herkesin şifa sanatını ruhsal, bütünsel ve eksiksiz bir şekilde uygulamasını sağlar. Uzun zamandır bu gezegendeki her insanın kendisini ve başkalarını iyileştirme yeteneğine sahip olduğuna inandım. Şifacı olmak her erkeğin, kadının ve çocuğun doğuştan hakkıdır.

Amerikan Bütünsel Tıp Birliği'nin kurucu başkanı MD Norm Shealy'nin "Enerji tıbbı tüm tıbbın geleceğidir" sözüne tüm kalbimle katılıyorum. Beden Kuralları benim bu daha iyi geleceğe olan katkımdır.

Yakın zamanda tüm iyileşmenin, cevapların gerçekten her birimizin içinde yaşadığına ve sorulmaya hazır olduğuna dair derin anlayış etrafında döneceğine inanıyorum. Bu Beden Yasasının basit güzelliğidir ve bunun dünyayı değiştireceğine inanıyorum.

2
VÜCUT KODU NEDİR?

**Bilim, fiziksel olmayan olguları incelemeye başladığı gün daha fazla ilerleme kaydedecektir.
varlığının önceki tüm yüzyıllarından daha fazla bir on yıl içinde.**

- NİKOLA TESLA

Beden Kuralları bize kendimize ve başkalarına nasıl bakabileceğimiz konusunda bir devrim sunuyor. İnsanlar birdenbire doktorlara veya ilaçlara ihtiyaç duymadan kendi sağlıkları için yapabilecekleri inanılmaz miktarda şey olduğunu keşfediyorlar.

Beden Kodu dengesizliklere veya vücutta ters gidebilecek şeylere ilişkin bir "bilgi temelidir". Bu dengesizlikler birleşip semptomlara neden olsa da olmasa da, bilinçaltınıza hastalıkların altında yatan gerçek nedenleri ortaya çıkarmanın bir yolunu verir. Beden Kodu, bilinçaltınızın takip ettiği şeylerin içindekiler tablosu olarak düşünülebilir.

Beden Kodu, insan bedeninin derinlemesine incelenmesinin, zamanla kanıtlanmış eski uygulamaların, meditasyonun, ilhamın ve bilinçaltı zihnin sınırsız gücünün sonucudur. Bilinçaltı zihne eriştiğinizde, bildiğimiz en güçlü bilgisayardan yararlanırsınız.

tüm cevapları elinde tutuyor ve optimum sağlık ve zindelik yaratmak için gerçekten neye ihtiyaç duyulduğunu mükemmel bir anlayışla biliyor. Bir bilgisayar programcısı ve aynı zamanda bütünsel bir doktor olarak eğitimim ve deneyimim, bunu kullananlar için bunu basitleştirmeme yardımcı oldu.

Karşılaştığımız çoğu fiziksel, zihinsel ve duygusal sorun Beden Kodu Sistemi ile çözülebilir çünkü bu sistem zihin, beden ve ruhtaki neredeyse tüm olası dengesizlikleri kapsar. Yeni doğanlardan yaşlılara kadar her yaştan insana yardım etmek için kullanılan kapsamlı bir araçtır. Ve bu sadece sağlığınızı iyileştirmek için değil. İlişkileri geliştirmek veya onarmak, bolluğa giden engelleri ortaya çıkarmak ve kalbinizin arzusunu bulmanıza yardımcı olmak için kullanılabilir. Hatta okulda, evde, işte veya sporda daha iyi performans göstermenin önündeki engelleri aşmanıza bile yardımcı olabilir. Gövde Kodu, başarıya giden her türlü engeli kaldırmayı kolaylaştırır.

Tamamen değişmeyi arzulayan ve çaba göstermeye istekli olanlar için, yalnızca düşünceleri ve varoluş biçimleri değişmekle kalmayacak, aynı zamanda gelecekleri de sıklıkla dönüşecektir. Beden Kodu onların yeni bir gelecek yaratmalarına yardımcı olur; daha az acı, tatminsizlik ve kendini sabote etmenin olduğu, hayallerin daha kolay gerçeğe dönüştüğü yeni bir gerçeklik.

BEDEN KODUNUN KEŞFİ

Sonunda Beden Kodu Sistemine dönüşecek bilgiyi elde etmek uzun yıllar aldı. Hastalarımla deneyimlerim yoluyla öğrendikçe, sağlık ve refahın birçok yönüne dair anlayışım yavaş yavaş parça parça arttı. Çocukluğumda geçirdiğim hastalıklar ve olağanüstü iyileşmeler, bana yardım edildiği gibi başkalarına da yardım etme konusunda büyük bir istek uyandırdı. O günün geleneksel bilgeliğine rağmen, gerçekte neyin mümkün olduğunu erkenden anladım.

Doktor olacağımı bilmeden önce üniversitede bilgisayar dersi aldım. Bilgisayar programlama bugün hala bana hizmet eden yeni bir tutkuyu ateşledi. Bir hevesle derse girdim ama tamamen büyülendim. Bilgisayarlar içimdeki mükemmeliyetçiliği cezbetti. Bir programın bir sorunu varsa, sorun çözülene kadar düzgün çalışmayacaktır. Sonraki birkaç yıl boyunca bu dünyaya tüm kalbimle ve ruhumla daldım ve her dakikasını sevdim. Kendi kendimi yetiştirmiş bir bilgisayar programcısı oldum ve serbest çalışarak geçimimi sağlamaya başladım.

"Bilgisayar Öğretmeni." Bu deneyimin bir şifacı olarak geleceğimi nasıl etkileyeceğini çok az biliyordum.

Bir süreliğine doktor olmanın sadece bir hayal olduğuna ve gerçekleştirilemeyecek bir hayal olduğuna karar vermiştim. Matematikte hiçbir zaman özellikle iyi olmamıştım ve kimya ve fizik derslerini almak zorunda olma fikrini korkutucu buldum. Doktor olmayı unutup işletme alanında eğitim alacağım sonucuna vardım.

Eşim Jean ve ben Noel için ailemi ziyaret etmek üzere küçük kızımız Natalie ile birlikte Utah'tan Montana'ya gittiğimizde, Utah Provo'daki Brigham Young Üniversitesi'nde MBA programına başlamama altı ay kalmıştı. Şöminenin etrafında oturup konuşurken babam aniden bana kayropraktik okuluna gitmekle hala ilgilenip ilgilenmediğimi sordu. Bunun harika bir kariyer gibi göründüğünü söyledi ve bana her zaman şifa sanatlarına yönelmek istediğimi hatırlattı. Kariyer kararımı verdiğimi, işletme alanında yüksek lisans yapıp büyük bir şirkette çalışmaya başlayacağımı söyledim. Bilgisayarlarla çalışmayı ve iş süreçlerini incelemeyi seviyordum ve MBA almanın benim için iyi bir kariyer yolu olacağını hissettim.

“Peki, neden bunu bir kez daha düşünmüyorsun?” dedi. Bir anlık aradan sonra, biraz daha düşüneceğimi ve tekrar düşüneceğimi söyledim. Babama büyük saygım vardı. Akıllıydı ve iş hayatında çok başarılıydı. Benimle en çok ilgilendiğini biliyordum. Kendi işinin patronu olmaktan her zaman keyif almıştı ve sanırım benim başka biri için çalışmaktansa kendi muayenehanemde şifacı olarak çalışmaktan daha mutlu olacağımı düşünüyordu. Babamın etkisi ve önerisi nedeniyle birdenbire üzerinde düşünmem gereken çok şey oldu.

BİR CEVAP ARIYORUM

Hayatınızda hiç her şeyin çözülmüş olduğu bir durumdan aniden belirsizliğin olduğu bir yere geri döndüğünüz bir durum yaşadınız mı? Şifa sanatlarına girme konusundaki eski hayalim bir şekilde yeniden canlanmıştı. Artık iki farklı gelecekle karşı karşıyaydım. Her ikisi de çok ödüllendirici olabilir. Artık hayatımın hangi yöne gitmesi gerektiğinden emin değildim. Düşünmem gerekiyordu. Bunu hemen anlamanın önemli olduğunu hissettim.

Jean ve ben iki seçeneği birlikte tartıştık. Bir tarafı iş dünyası ve bilgisayar programcılığı, diğer tarafı kendi iyileştirme pratiğimiz için olmak üzere, bir artı ve eksi listesi hazırlayarak bunları kağıt üzerinde karşılaştırmaya karar verdik. Liste her iki tarafta da uzundu. Bu alıştırma ikilemimizi çözmeye yetmedi. Her iki seçenek de zorlayıcıydı. Kararın ağırlığını hissettim. Kariyerim ve ailemin geleceği buna bağlıydı. Ama bunda bir doğru, bir yanlış var mıydı? Bir karar diğerinden daha mı iyiydi? Söyleyemedim. Her iki yola da gidebileceğimi ve iyi bir hayat yaşayabileceğimi hissettim.

Genç yaşta yararlanabileceğim bir Yüksek Güç olduğunu öğrendiğimde, bu konuda gerçekten biraz yardıma ihtiyacım olduğuna karar verdim. Yüksek Gücün bizi duyduğuna ve bize yardım etmek istediğine inanıyorum. O gece yatmadan önce dizlerimin üstüne çöktüm ve rehberlik istedim. Ben şöyle dedim: "Cennetteki Babamız, eğer bu sizin için bir fark yaratacaksa, lütfen hangi yöne gitmem gerektiğini bilmeme yardım edin. Yapmam gerektiğini düşündüğün her şeyi yapacağım." Onun için önemliyse bana haber vereceğini düşündüm.

Birkaç saat sonra sanki hatırlamadığım bir rüyadan uyanmış gibi, insanların doğal yollarla iyileşmesine yardım etmenin, insanlara hizmet etmenin, Tanrı'ya ve aileye hizmet etmenin ne kadar harika olduğuna dair düşüncelerle dolu bir zihinle uyandım. Kendi kendime şöyle düşündüm: “Bu kesinlikle doğru. Ama aynı zamanda bilgisayarları ve işleri de seviyorum ve...” Bu son düşünceyle tekrar uykuya daldım. Bir süre sonra aynı deneyimi tekrar yaşadım ve daha önce olduğu gibi sağlık ve insanlara doğal bir şekilde hizmet etme konusunda aynı duyguları hissettim. Bu izlenimlere bilgisayarlar ve iş dünyası hakkındaki aynı bilinçli düşüncelerle karşılık verdim ve tekrar uykuya daldım. Tüm deneyim üçüncü kez tekrarlandı.

Bu noktada, cevabın benim için açık olması gerektiğini, Yüksek Gücün benimle iletişim kurmaya çalıştığını düşünüyor olabilirsiniz ve haklısınız. Ertesi gün, önceki gece yaşadıklarımı düşündüm ama hâlâ hangi yolu izlemem gerektiği konusunda bir sonuca varamadım. Sanırım bilgisayarlardan vazgeçmem gerektiğini düşündüm ve onları birleştirmeyi ve programlamayı seviyordum. O zamanlar bilgisayarları kullanmak ve onları gelecekteki şifa uygulamalarıma dahil etmek için bolca zamanım olacağını bilmiyordum.

Ertesi gece beni bir kez daha dizlerimin üzerinde rehberlik isterken buldum. Ve inanılmaz bir şekilde, ikinci gece de aynı deneyimi yaşadım. Tekrar üç kez uyandırıldım ama belirgin bir farkla. O ikinci gece her uyandığımda, hislerim katlanarak artıyor gibiydi.

öncekinden daha güçlü. O ikinci gece üçüncü kez uyandığımda, tüm dünyaya, tüm insanlığa hizmet ve şifa düşünceleri kesinlikle bunaltıcıydı. Tam o sırada benimle konuşan çok net bir ses duydum ve şöyle dedi: “Bu kutsal bir çağrıdır.” Cevabımı şaşmaz bir şekilde almıştım. Artık izlemem gereken yolu biliyordum ve asla arkama bakmadım.

Bu deneyim hakkında çok düşündüm. Varlığımızın kutsal olduğuna inanıyorum ve sonuç olarak, birinin daha iyi hissetmesine, daha iyi çalışmasına, hayatını daha dolu yaşamasına yardım ettiğimizde, özel bir şey yapmış oluyoruz. Her birimizin bu dünyada ikamet ederken yerine getirmesi gereken bir kaderi ve yerine getirmesi gereken bir görevi olduğuna inanıyorum. Hastalık bizi yolumuzdan alıkoyabilir ve yaşayabileceğimiz hayatı yaşamamızı engelleyebilir. Hasta olanların iyileşmesine yardım etmenin kutsal bir çağrı olduğuna inanıyorum çünkü iyileşen hayatlarının dalga etkisi asla bitmiyor.

(drbradleynelson.com/my-beliefs Benim manevi inançlar, ziyaret etmek hakkında daha fazla bilgi edinmek için.)

AÇIK KALMAK

On üç yaşında bir çocukken, bütünsel doktorlar benim üzerimde çalışırken, tedavi masasında sırtüstü yattığımı hatırlıyorum. Onlara birkaç kez “Büyüdüğümde senin yaptığını yapmak istiyorum” dedim. Cevapları hep aynıydı. “Hayır, yapmıyorsun. Eğer doğal tıp okuluna giderseniz, beyniniz o kadar yıkanır ve şifa konusunda o kadar sabit fikirlerle dolarsınız ki, kendi başınıza düşünemezsiniz."

Bu insanlar hayatımı kurtarmıştı. Bana söyledikleri her şeye inandım. Nihayet kayropraktik okuluna kaydolduğumda çok tetikteydim. Bunu veya bunu yapmanın "en iyi yolu" olarak öğretilen her şeyi sorguladım. İşe yarayabilecek her türlü alternatife tamamen açık kalmaya çalıştım. Her zaman ek bilgi arıyordum.

En çok sevdiğim şey, insan vücudunun tüm inceliklerini, otomatik olarak nasıl çalıştığını ve bizi bir andan diğerine hayatta tutmak için yapması gereken her şeyi nasıl yaptığını öğrenmekti.

Öğrendiğimi hatırladığım en şaşırtıcı şeylerden biri, tepkilerimizin çoğunun bize bağlı olduğudur. Örneğin, uzanıp sıcak bir sobaya dokunursanız, ağrı mesajı sinirler boyunca beyne gider.

ve kolunuzdaki kaslar neredeyse anında tepki verir. Sonuç olarak, yandığınız gerçeği daha bilinçli farkındalığınıza ulaşmadan elinizi sobadan çekiyorsunuz.

Sinir sistemini çok detaylı bir şekilde öğrendim. Sınıf arkadaşlarım ve ben insan kadavralarını incelemek için aylar harcadık; bu anatomiyi öğrenmenin gerçekten en iyi yoluydu. Yanlış hizalanmış omurların, omurilikten yeni çıkan sinir kökünü varış noktasına doğru nasıl tahriş edebileceğini veya baskı yapabileceğini öğrendim. Omurgaları yeniden hizalamak için bazıları güçlü, bazıları nazik olmak üzere birçok yöntem öğrendim. İnsan vücudunun karmaşıklığını ve her şeyin nasıl bu kadar güzel bir şekilde birlikte çalışacak şekilde düzenlendiğini takdir etmeye başladım.

İki erkek kardeşim ve iki kayınbiraderimle birlikte Kayropraktik Koleji'ne gitme şansına sahip oldum ve ayrıca tüm deneyimi daha da keyifli hale getiren birçok harika ve eğlenceli insanla karşılaştım. Sınıflarda oturduğumu ve eğitmenlerimin "İnsan beyni bilinen evrendeki en güçlü bilgisayardır" gibi şeyler söylediğini duyduğumu hatırlıyorum. Bu düşünce beni büyüledi. Merak ederdim: "İnsan bilgisayarına erişip ondan yanıt alabilecek teknolojiye sahip olacak mıyız?" Bu, vücutta gerçekte neler olup bittiğini öğrenmenin nihai yolu olacaktır.

Kariyerimin geri kalanını tam olarak bunu yaparak, bilinçaltımdan yararlanarak - her birimizin içindeki içsel bilgisayara erişerek - hastalarımda neyin dengesiz olduğunu ve onların sorunlarına neden olduğunu bulmak için harcayacağımı hiç bilmiyordum. .

Özel muayenehaneme başladığımda, hastalarıma yardımcı olabilecek her türlü yeni yaklaşıma ve şifaya yönelik tüm olasılıklara açık olmaya devam ettim. Bunun Batı tıbbının ya da başka birinin hoş karşılamadığı bir yöntemi ya da tekniği kullanmak anlamına gelip gelmediği benim için önemli değildi.

SORMAK VE ALMAK

Yukarıdan yardım alınabileceğini ilk elden öğrendim. Özel muayenehanemin başlarında bunu isteme alışkanlığını geliştirdim. Bir hasta üzerinde çalışmaya başlamadan önce, düşüncelerimi gökyüzüne yönlendirmek ve hastam için yardım istemek için biraz zaman ayırırdım. Bu tamamen özel, kişisel bir çabaydı ve yalnızca birkaç saniye sürdü. Bu yardımı istemenin önemli olduğuna inandım.

Kadim atasözünün "Sor ve alacaksın"ın doğru olduğunu biliyorum. Nadir durumlarda, bu sessiz taleplere yanıt olarak bilgi

birdenbire hastamın neye ihtiyacı olduğu aklıma geldi. Bazen bu indirmeler, olaylara daha önce hayal ettiğimden veya düşündüğümden tamamen farklı bir bakış açısı sunuyordu. Heyecan vericiydi ve öğrendiklerimin desteklendiğini ve yönlendirildiğini hissettim.

Tedavilerimin mesleğimdeki diğer doktorların yaptıklarından farklı olup olmadığı ya da yöntemlerimin biraz sıra dışı görünmesi umurumda değildi. İlginç bir şekilde, zamanla anlayışım arttıkça işler aslında daha az karmaşık hale geldi. Tedaviler daha basit ve daha hızlı hale geldi. Bedenle ilgili ilgisiz anlayışlar, sonunda karmaşık bir yapbozun parçaları gibi birbirine uymaya başladı. Öğrendikçe her şey daha da basitleşti.

Vücudun çeşitli bölümleri arasındaki sebep-sonuç ilişkisini ve her bir bölümün diğerini enerjisel olarak nasıl etkilediğini anlamaya başladım. Her yeni anlayışla, bedenin ne kadar karmaşık, hayranlık uyandırıcı ve güzel olduğunu ve bedenin tasarlandığı gibi çalışmasını engelleyen tıkanıklıkları bulmanın ne kadar basit olduğunu görebiliyordum.

Çok geçmeden pratiğim gelişti ve bilgim ve becerilerim arttıkça daha karmaşık vakalara ilgi duymaya başladım.

Muayenehanede geçirdiğim son on yıl boyunca hastalarımın çoğu, Batı tıbbının tedavi edilemez olduğu düşünülen kronik rahatsızlıklardan şikayetçiydi. Buna rağmen çoğunun hâlâ iyileşebileceklerine dair bir umudu vardı.

İNANÇ İYİLEŞMEYİ ETKİLİYOR

Hastalarımdan bazıları içten içe kendilerine söylenenlere, hiçbir zaman iyileşemeyeceklerine inanıyordu. Bir hasta iyileşemeyeceği inancını içselleştirdiğinde, inançsızlığının iyileşmesinin önünde engel olduğunu buldum. Düşünce enerjidir. İnanç sonucu etkiler. Onlarla çalışmak daha zor hale geldi çünkü iyileşme olasılığına olan inançlarını geliştirmelerine yardım etmem gerekiyordu. İnanç iyileşme sürecinin bir parçasıdır. İyi olmayı istemek, iyileşmenin ve iyi olmanın mümkün olduğuna inanmak önemlidir.

Hastalarıma sürekli şunu söyledim: “Ben hastalıkları tedavi etmiyorum. Hastalıkları iyileştirdiğimi iddia etmiyorum ama yaşadığınız semptomların vücudunuzda meydana gelen dengesizliklerden kaynaklandığına inanıyorum. Dengesizlikler vücudunuzun kendini iyileştirme yeteneğini engeller. Yeterince bulup kaldırabilirsek

Bu dengesizlikler nedeniyle vücudunuz kendini daha iyi iyileştirebilecek ve belki de belirtileriniz ortadan kaybolabilecektir." Ve çekip gittiler. O yıllarda Amerika Birleşik Devletleri ve Kanada'nın her yerinden zor sorunları olan hastalar gördüm. Büyük çoğunluğu iyileşti ve çoğu zaman da oldukça hızlı bir şekilde iyileşti.

Benim yaklaşımım tipik Batı tıbbi uygulamalarından büyük ölçüde farklıydı. Hastalarımın semptomlarını bastırmaya çalışmak yerine, bu semptomların altında yatan nedenleri ele almaya çalışıyordum.

Birçok farklı hastalık ve durumla çalıştım ve hepsinin altında yatan nedenlerin olduğunu buldum. Bu nedenler ele alındığında vücudun doğal olarak kendini iyileştirme yeteneği kolaylaştırılır.

BELİRTİLER “MOTORUN KONTROLÜ” IŞIĞINIZDIR

Arabanızda "motoru kontrol edin" ışığı yanıyorsa, muhtemelen bunun nedeni hakkında hiçbir fikriniz yoktur, ancak size bir şeyin dikkat edilmesi gerektiği konusunda uyarıda bulunulur - hem de çok yakında. Yaşadığınız belirtiler, vücudunuzda bir şeylerin yolunda gitmediğine dair sizi uyaran "motoru kontrol edin" ışıkları olarak düşünülebilir.

Otuz yılı aşkın bir süredir doğal şifa sanatını uyguladıktan sonra, çektiğimiz hemen hemen her semptomun bir mesaj olduğu sonucuna vardım. Başınızın ağrıdığını düşünün. Şu anda hissettiğiniz acı bilinçaltınızdan gelen bir mesajdır. Belki de susuz kalmışsındır. Geçen hafta kocanızla yaşadığınız tartışmanın neden olduğu tutsak kalmış bir duygudan ya da anne-babanızın siz sekiz yaşındayken boşanmasından kaynaklanabilir. Belki de baş ağrısı, bilinçaltınızdan, boynunuzdaki veya kafatasınızdaki bir kemiğin hizasının bozulduğuna dair bir mesajdır. Bu baş ağrısı tek bir nedenden kaynaklanabileceği gibi birden fazla temel nedenden de kaynaklanabilir. Mesaj, yani yaşadığınız baş ağrısı, her ne olursa olsun altta yatan nedenleri bulup ortadan kaldırmanızı sağlamak için tasarlanmıştır.

Örneğin depresyondan muzdaripseniz lütfen depresyonun bir semptom olduğunu anlayın. Batı tıbbında depresyonun kendisi sorun olarak görülüyor. Depresyon kesinlikle içinde bulunulması zor bir durumdur, ancak gerçekte, yaşadığımız diğer tüm semptomlar gibi, depresyon da bir mesajdır; ele alınması gereken altta yatan dengesizliklerin olduğuna dair bir mesajdır. Belki de depresyona neden olan kalbinizin etrafına sarılı duygusal enerjileriniz vardır. Belki bir konuda eksikliğiniz vardır

Bazı vitamin veya mineraller serotonin üretemezler, bu da depresyona yol açabilir. Altta yatan pek çok neden olabilir, ancak Heather'ın her türlü ilacı denedikten sonra keşfettiği gibi, dış belirtileri gidermek için ilaç almak bu nedenleri ortadan kaldırmayacaktır.

Derin Depresyondan Bedenle Mutluluğa Kod

Dürüst olmak gerekirse, bu şifa yöntemini denemek konusunda çok şüpheliydim ve bunu yalnızca büyükannemin bana altı seans hediye etmesi ve denemem için cesaretlendirmesi nedeniyle yaptım. On yılı aşkın süredir şiddetli klinik depresyonla yaşadıktan sonra, antidepresanlardan konuşma terapisine, psikiyatriye, diyet ve egzersize, tıbbi esrara ve hatta uyku haplarına kadar her şeyi denedim ve bunların hiçbirinde çok az başarı elde ettim.

Annemi kanserden kaybettim, babamın korkunç ölümcül bir beyin hastalığıyla mücadelesini izledim, yakın bir arkadaşımı kanserden kaybettim ve hemen ardından aşırı dozda başka bir arkadaşımı takip ettim. Bu anılar travmatize ediciydi ve beni çok karanlık bir yere sürükledi. Ağlamadan birkaç saatten fazla dayanamadım ki bu benim için alışılmadık bir durumdu. Tüm bunlara, beni daha da derin ve amansız bir depresyona sürükleyen, hayatımı değiştiren diğer koşullar da eklendi.

Elli kilo aldım ve en basit görevleri bile göz korkutucu buldum. İki yıl boyunca zar zor yaşayıp sabahları yataktan kalkmaya bile çabalıyordum. Sürekli acı çekiyordum ve düzenli olarak ölümü düşünüyordum, bu dünyayı terk edebilmeyi diliyordum. Henüz yirmi beş yaşında olmak ve mutlu olmanın nasıl bir his olduğunu unutmuş olmak, ulaşılabilecek en cesaret kırıcı farkındalıktı. Sürekli kendi kendime şöyle düşündüğümü hatırlıyorum: “Nasıl böyle yaşayabilirim? Bu şekilde hissetmeye devam edemem...” Gerçekten bir daha asla kendimi mutlu hissedemeyeceğime ya da kendimden hoşlanmayacağıma inanıyordum. Hatta bu korkunç akıl hastalığını kimseye bulaştırmak istemediğim için çocuk sahibi olmak istemediğime bile karar verdim. Bu tür acı ve ıstırapları kimseye dilemem. Ben aslında hayatta hiçbir neşesi ve heyecanı olmayan, tabiri caizse sürekli “diğer ayakkabının düşmesini bekleyen” bir varlığın kabuğuydum.

İlk Beden Kodu seansımdan sonra kendimi çok ağır hissettim; Hâlâ depresyonu hissediyordum ama farklı bir şekilde... İyileştiğime dair güvence ve zaman aldı. Kendime sabırlı olmayı ve vücuduma bu enerjilerin gitmesine ve taşıdığım ağırlıktan iyileşmesine izin vermem gerektiğini hatırlatmaya devam etmem gerekiyordu.

İkinci Beden Kodu seansım sırasında her şey değişti. Pek çok tutsak kalmış ve miras kalan duyguyu temizledik. Daha sonra mutlu oldum ve bitkin düşmedim; Her anın tadını çıkarıyordum ve gülüyordum ve babama teşhis konduğundan beri evde geçirdiğim en güzel zamanın bu olduğunu düşündüğümü hatırlıyorum.

Kız kardeşim bile bendeki değişikliği fark etti... İşin tuhaf yanı, bu sadece duygularımdaki bir değişiklik değildi: diğer her şey de yerli yerine oturuyor gibiydi. Depresyon nedeniyle işimden ayrıldığım için altı aydır işsizdim ve başvurduktan bir hafta sonra bıraktığım işten daha iyi bir iş teklifi aldım.

Hayatımdaki insanlarla bağımın güçlendiğini hissedebiliyordum; kötü yemek yeme isteğim azalmaya başladı ve hayatım boyunca mücadele ettiğim terk edilmişlik duygusu yok olmuş gibiydi. Yıllar sonra ilk kez gerçekten mutlu hissettim kendimi.. Kendim gibi hissettim. Ve bu asla hafife almayacağım bir hediye.

Beden Yasasının bana ne kadar yardımcı olduğuna hala hayret ediyorum. Gerçekten hayatta olmak beni mutlu etti ve bu asla hissetmeyeceğimi düşündüğüm bir şeydi. Hayatımın Duygu Kodu ve Beden Kodunun yardımcı olabileceği diğer alanlarını keşfetmek için sabırsızlanıyorum. Bundan başka bir şey anlamazsanız, tek umudum açık fikirlilikle en az bir seans denemenizdir, çünkü bu tam anlamıyla tüm hayatınızı değiştirebilir.

- HYERACCEZAYİR, CANADA

Bütünsel doktorlar arasındaki eski deyiş "Her şey her şeye neden olabilir" dir ve bunun iyi bir nedeni vardır. Fiziksel semptomların altında yatan nedenlerin yanı sıra depresyon ve anksiyete gibi duygusal semptomların da olabileceğini anlamak oldukça kolaydır.

Peki ya davranışsal belirtiler? Peki ya bugüne kadar tacizci ortaklar seçen arkadaşın? Bu da bir semptom olabilir mi? Cevap Evet. Yapmamaya karar verdiğiniz halde egzersiz yapmaktan veya tatlı yemekten kaçınma eğiliminiz ne olacak? Enerji alanlarımızda depolanan duygusal yük, travmalar ve deneyimler kolaylıkla bunun gibi yinelenen sorunlara neden olabilir. Bazen kendimizi bile şaşırtacak şekilde davranırız. Bu tür bir kendini sabote etme durumu ancak bu davranışları bilinçaltının derinliklerinden uzaklaştıran temel dengesizlikleri bulup serbest bırakarak düzeltilebilir.

Bilgisayar programlama konusundaki lisans eğitimim nedeniyle, her zaman bilgisayar kullanımını yaptığım şifa çalışmasıyla birleştirmeye çalışıyordum. Vücut Kodu, mümkün olan en kısa zaman diliminde, hastalarımın acı çekmesine neden olan şeyin gerçekte ne olduğunu bulma ihtiyacıma yanıt olarak geliştirildi.

Sonuçta yarattığım sistem, hastalarımın temel dengesizliklerini çok verimli bir şekilde bulup düzeltmek için bilgi katmanlarını "derinlemesine" olanak tanıyan bir zihin haritasıydı.

DİREKTİF

2008 yılının Ağustos ayında bir sabah erkenden uyandığımda zihnimin çok özel bir talimatla dolu olduğunu gördüm. Uyku sisi dağılırken, vurgulu emir kristal berraklığındaydı. Kendi aklımdan değildi. Bu direktif beni uyandırmıştı. Bilincime ulaştığımda, talimat zaten oradaydı; açıklığı ve ciddi vurgusu mükemmeldi. Talimat şuydu:

> *Doğal şifa hakkında öğrendiğiniz her şeyi alıp herkesin öğrenebileceği bir kişisel çalışma kursuna koymanız ve bunu herkesin her yerde kullanımına sunmanız gerekir.*

Bunlar benim düşüncelerim değildi, bu açıktı. Ne yapmam gerektiği konusunda hiçbir şüphem yoktu. Bana yukarıdan bir görev verilmişti. Şöyle düşündüğümü hatırlıyorum: “Bundan emin misin? Bu aslında çok fazla iş gerektirebilecek gibi görünüyor.

Bu kadar büyük bir projeye başlama konusunda birkaç hafta tereddüt ettikten sonra nihayet başladım. Aylar boyunca aslında yapmak istediklerimi yaratmaktan başka pek bir şey yapmadım.

oluşturma talimatı verilmişti. Güneş doğmadan önce üzerinde çalışmaya başlıyordum ve çoğu zaman gecenin ilerleyen saatlerine kadar üzerinde çalışıyordum.

Uygulamamda edindiğim tüm bilgileri nasıl alıp beyin dökümü yapacağımı bulmam gerekiyordu. Öğrendiklerimi öğrenmeleri ve bunları etkili bir şekilde kullanabilmeleri için tüm parçaları organize etmem ve insanlara, herkese yönelik bir kurs hazırlamam gerekiyordu. Kullanımı ve anlaşılması kolay olması gerekiyordu. Bu direktifin sonucu sonuçta Beden Kodu Sistemi oldu. İlk versiyonu yaratmak bir yıl boyunca odaklanmış niyetimi aldı. O zamandan bu yana birçok güncellenmiş sürüm çıktı.

Beden Kodu Sisteminin bugün gezegende mevcut olan en gelişmiş ve kapsamlı doğal, enerjik şifa yöntemi olduğuna inanıyorum. Bilgisayar programlama konusundaki bilgim, beni bunu her yerde bulunabilecek dijital bir ürüne, bir yazılım uygulamasına dönüştürmeye hazırladı.

Bu kitap Beden Koduna bir giriş niteliğindedir ve size Beden Kodu kavramlarını gerçekten kullanmanız ve harika sonuçlar elde etmeniz için yeterli bilgi verecektir.

Öğrendiğim her şey için ve bu çalışmayı paylaşmaya nasıl hak kazandığım için çok minnettarım. Hayatımın deneyimleri beni Beden Kodu Sistemini dünyaya getirmek için öğretmen ve elçi olmaya hazırladı. Yaratıcının her birimize doğuştan gelen şifa hakkımızı geri vermek ve bizi olabileceğimiz şifacılara dönüştürmek istediğine inanıyorum.

DEVLERİN OMUZUNDA

Beden Kodu Sistemi, altı kategorideki dengesizlikleri bulmanızı ve düzeltmenizi sağlayan, sonuçta varlığımızın tüm yönlerini kapsayan, sağlık ve zindeliği yeniden sağlamak için entegre, bütünsel bir yaklaşım sağlayan bir araçtır. Benden önce başkaları, Beden Kodu bilgi tabanının çoğunu oluşturan katkılarını dünyaya getirmemiş olsaydı, Beden Kodu Sistemini bir araya getiremezdim. Kendimi bir zamanlar şunu söyleyen Sir Isaac Newton gibi hissediyorum: "Diğerlerinden daha ileriyi gördüysem, bu devlerin omuzlarında durduğum içindir."

Kayropraktik pratiğimin ilk yıllarında aldığım eğitimin, hastalarımın uğraştığı tüm zorlukların cevabını bana vermediğini fark ettim. Çoğu zaman insanlar bana omurga ayarlamasının çözemeyeceği sorunları getiriyorlardı.

Ve bazen onların daha önce kendilerine nasıl yardım edeceklerini bilmeyen birçok farklı doktora gittiklerini öğreniyordum. Neyse ki ihtiyaç duydukları cevapları bulma tutkum vardı. Doyumsuz bir öğrenci olarak, iyileşmeye yönelik yeni keşifleri ve yaklaşımları yuttum, işe yarayan ve doğru hissettiren her şeyi bir araya getirdim.

Ömür boyu süren bilgiye olan susuzluğum, uzun bir akıl hocaları, arkadaşlar, aile listesi ve çoğu zaman bizzat hastalar tarafından defalarca söndürüldü. Liste burada anlatılamayacak kadar uzun ve ortaya çıkan herhangi bir durumda, öğrenebileceğim herkesten öğrenebileceğim her şeyi bir ömür boyu öğrenmeyi içeriyor. Hayatıma öyle ya da böyle dokunan herkesten öğrendiklerimi düşündüğümde kalbim şükranla dolup taşıyor. Duaya yanıt olarak gelen ani içgörüler, indirmeler, sezgiler, düşünceler ve fikirler için özellikle minnettarım. Bu tür bir öğrenme gerçekten de hepsinden en iyisi, en net ve en saf olanıdır.

Bu yüzden her şeyi bu yöntemin içinde bulmadım. Bunun yerine beden, zihin ve ruh hakkında öğrendiğim her şeyi herkesin kullanabileceği tek bir birleşik sistemde organize ettim. Gerçekten devlerin omuzlarında duruyorum. Çünkü son üç bin yılın ve daha fazlasının en iyi düşünürlerinin ve şifacılarının toplu bilgisi olmasaydı Beden Yasası var olamazdı.

Beden Kodunu kullanan çoğu kişi, beden, zihin ve ruh hakkında çok az bilgiyle onu başarıyla kullanmaya başladı. Beden Kodu benzersizdir çünkü esasen öğretmeniniz haline gelir. Bunu kendinize ve başkalarına yardım etmek için kullandığınızda, onlar hakkında daha önce bilinçli olarak bir şeyler bilseniz de bilmeseniz de, birer birer altta yatan dengesizliklere yönlendirileceksiniz. Önemli değil. Aslında, vücudun nasıl çalıştığı hakkında çok az şey bilen insanlar genellikle avantajlıdır çünkü herhangi bir olasılığa karşı tamamen açık fikirli olmak onlar için daha kolaydır, oysa çok fazla bilgiye sahip olanlar bazen daha katı düşünme eğilimindedir.

ÇALIŞIYOR MU?

Beden Yasası son derece etkilidir. Bu kitabın yazıldığı an itibariyle, sizin gibi insanlardan bunu doğrulayan on binin üzerinde dikkate değer, istenmeyen hikaye aldık. Bu kitap boyunca onların öykülerinden birkaçını ekledik; sıradan insanların yarattığı gerçek deneyimler.

olağanüstü sonuçlar. Bu basit yöntemle hayatın her yönünün geliştiğini ve mucizelerin ortaya çıktığını gördüm. İşte insanların söylediklerinden bir örnek:

> İnsan vücudu kendini iyileştirme yeteneğine sahip olarak yaratılmıştır. Beden Kodu, bu yeteneklerin acısız bir şekilde ve kalıcı olumlu etkilerle kilidini açmak için yaratıldı.
>
> - MARIANNEB., WASHINGTON, senNİTEDSTATES

> Beden Kodu, geçmişteki duygusal travmalardan kurtulmanıza, hastalıklara hızlı yanıtlar almanıza ve niyet etmekten ve takip edilmesi kolay bir vücut haritasından başka bir şey kullanmadan acıdan kurtulmanıza yardımcı olur.
>
> - BOBBLYNNG., CALİFORNİYA, senNİTEDSTATES

> Kendinizi iyileştirebilmek mi istiyorsunuz yoksa hayatınızın geri kalanında ilaç alıp semptomları maskelemek ve yan etkilerle mi uğraşmak istiyorsunuz? Bu basit bir cevap olmalı ve eğer öyleyse, o zaman Beden Kuralları size hemen hemen her konuda yardımcı olabilir. Eğer gerçek bir sağlık sisteminde bu iş sigorta kapsamında olsaydı ilaç firmalarına çok az ihtiyaç kalırdı.
>
> - CHUCKE., COLORADO, senNİTEDSTATES

> Beden Kodu, içinizdeki şifacının sizin için bir tercümanı gibi çalışır. Geçmişinizle ilgili her şeyi, tüm olası bağlantıları, hatta aklınıza gelmeyenleri bile biliyor. Ve neyin, hangi sırayla serbest bırakılmasının en önemli olduğunu biliyor.
>
> - SABİNH., H.EILIGENTHAL, GERMANYA

> Dr. Bradley Nelson'ın Duygu Şifresi ve Beden Şifresi'nde öğretilen yöntemleri, ortalama insanlara kendilerini, ailelerini ve çevrelerini sonsuz bir dalga etkisi ile iyileştirme gücü veriyor.
>
> —VÇAĞE., MASSACHUSETTS, senNİTEDSTATES

> Vücudunuz çok zekidir; rahatsızlığınıza, belirtilerinize ve hastalığınıza neyin sebep olduğunu bilir; sorarsanız size söyler ve söyler; Beden Kodu ise bu soruyu sormak, bulmak ve serbest bırakmak için gereken araçları sağlar.

Geçmişteki bilinçsiz yaşam ve travmadan kaynaklanan dengesizlikler, böylece gelişebilir ve taze özgürlüğün, neşenin ve huzurun tadını çıkarabilirsiniz.

— KsekizB., ÜTAH, sennİTEDSTATES

Beden Kodu Sistemini ve onun inanılmaz potansiyelini tanıdıktan sonra, birkaç yıl sonra geriye dönüp şöyle diyebileceğimizi hayal edebiliyorum: "Vay canına, hatırlıyor musun? Eskiden bu durumlarda insanlara uyuşturucu verip keserlerdi! Artık onu enerjiyle iyileştirebiliriz!"

- FİETEW., LÜNEBURG, GERMANYA

DENGESİZLİĞİ ANLAMAK

Dünyadaki en eski fikirlerden biri, sağlık durumunuzun vücudunuzun ne kadar dengeli veya dengesiz olduğuna bağlı olduğudur. Ne kadar çok dengesizlik biriktirirseniz, fiziksel ağrı, enerji kaybı, olumsuz duygusal durumlar ve sonunda hastalık gibi belirtiler yaşamaya başlama olasılığınız da o kadar artar.

Beden Kodunda bir "dengesizlik", birkaçını saymak gerekirse, bir eksiklik, enfeksiyon, istila, toksin, ihtiyaç, negatif enerji, yanlış hizalama, işlev bozukluğu, parçalanma, kopukluk, tutsak kalmış duygu veya mutsuz bir vücut parçası anlamına gelebilir. Yeterince uzun bir süre boyunca yeterli dengesizlik mevcutsa, gözle görülür semptomlar ortaya çıkacak ve nihai sonuç hastalık olabilir.

Vücudun inanılmaz karmaşıklığı göz korkutucu görünebilir. Bunun bir örneği, vücudun organları ve bezleri ile kasları arasında var olan enerjik bağlantılardır. Örneğin sağ diziniz sizi rahatsız ediyorsa büyük ihtimalle safra keseniz dengesizdir ve bunun altında yatan sebep de muhtemelen tutsak kalmış duygulardır. Eğer bel ağrınız varsa, büyük ihtimalle bir veya iki böbreğiniz mutsuzdur; belki kafein alışkanlığınız yüzünden, belki on altı yaşında geçirdiğiniz araba kazası yüzünden, ya da her ikisi yüzünden. Sol diz ağrısı, belirli kaslarla enerjisel olarak bağlantılı olan adrenal bezlerin stresle aşırı yüklenmesiyle ilişkilidir.

Anksiyeteden şikayetçiyseniz, olası bir neden, eski cıva amalgam diş dolgularınızın karaciğerinize aşırı toksik madde yüklemesi olabilir. Boynunuz özellikle sertleşiyorsa bunun nedeni ilişkilerinizde esnek olma konusundaki isteksizliğiniz olabilir. Ve böylece devam ediyor.

Bu kadar karmaşık bir sistemi nasıl çözebiliriz? Böylesine yüksek seviyeli bir organizmayı nasıl ele almaya başlayabiliriz ve onu anlamlandırma umuduna nasıl sahip olabiliriz? Cevap Vücut Kodu'dur. Bilinçaltının zekasına ve Beden Kodu olan yol haritasına güvenerek sorularınıza yanıt verebilir ve dengesizlikleri genellikle oldukça hızlı bir şekilde giderebilirsiniz.

Vücut Kodu, ilişkileri olan her vücut parçasının bağlantılarını açıklar. Bu ilişkilerin hiçbirini öğrenmenize veya ezberlemenize gerek yok çünkü bu bilgilerin tümü Beden Kodu Sisteminde bulunmaktadır. Dengesizlikleri bulmak ve düzeltmek, bu sistemin size yardımcı olmak için tasarlandığı şeydir.

Gövde Kodu Sisteminin orijinal versiyonları, birkaç kalın üç telli klasörden ve çok sayıda DVD ve CD'den oluşuyordu; bunlar artık Gövde Kodu Sistemi uygulamasına sıkıştırılmış ve bu devasa miktardaki bilgiyi avucunuzun içine koyuyordu. Bu kitabı yazarken, uygulamada binin üzerinde sayfa ve resim içeren Vücut Kodu Sisteminin bilgi tabanının tamamını dahil etmenin imkansız bir iş olduğunu fark ettim. Bu ciltte yapmaya çalıştığım şey, kavramlarını açıklayarak ve bu sayfalarda size bulduğum en yaygın dengesizliklerden bazılarını vererek Beden Kodunun nasıl çalıştığını öğretmektir, böylece başarının bir ölçüsünü bulabilirsiniz. kitabı tek başına kullanmak. Hem Apple hem de Android cep telefonları ve tabletlerinin yanı sıra hem Mac hem de PC masaüstü bilgisayarlarında çalışacak şekilde tasarlanan Body Code System yazılımı hakkında daha fazla bilgi için lütfen Discoverhealing.com/app adresini ziyaret edin.

Samimi umudum, bu kökten farklı ve inanılmaz derecede güçlü şifa yolunun sizin için kullanımının ve anlaşılmasının kolay olması ve bu yolla hayatınızın ve dokunduğunuz hayatların daha iyiye doğru değişmesidir.

3

VÜCUT KODU NEDİR? İŞ?

İyileşmeye yönelik nihai yaklaşım, incelikli düzeydeki anormallikleri ortadan kaldırmak olacaktır.
İlk etapta hastalığın ortaya çıkmasına neden olan enerji seviyesi.

— RICHARD GERBER, MD

Vücut Kodunun nasıl çalıştığını keşfedelim.

Beden Kodu tek başına hiçbir şey "yapmaz". Bu bir makine ya da cihaz değil. Buna, etkili sorular oluşturmanıza yardımcı olacak bir rehber görevi gören etkileşimli bir bilgi tabanı diyebilirsiniz. Doğru sorular, hangi düzeltmelerin yapılması gerektiğini bilmenizde size yol gösterecek yararlı yanıtları kolaylaştırır. Beden Kuralları, ortaya çıkardığınız dengesizlikleri düzeltmek için ihtiyaç duyacağınız tüm açıklamaları ve talimatları içerir. Olayların altında yatan nedenleri çözmenize, onları gün ışığına çıkarmanıza ve en sonunda onları düzeltmenize olanak sağlayacak eşsiz bir araçtır.

BİLGİ GÜÇTÜR

Bir şeyin nasıl çalıştığını anladığınızda, sorunları çözmek için bu ilkeleri kullanabilirsiniz. Tıpkı bir elektrikçinin ışıklarınızı açmanızı sağlamak için evinizin kablolarını çekmesi gibi, siz de bedeninizde ve zihninizde esenlik yaratmak için metaforik ışıklarınızı açmanıza yardımcı olacak gerçek ilkeleri kullanabilirsiniz.

Aşağıdaki kavramlar Beden Kurallarının temelini oluşturur. Kasıtlı olarak enerjiyle çalışmak, aşağıdakiler de dahil olmak üzere, işe güç veren motordur:

- Enerji
- Enerji bedeni veya
- Ruh Bilinçaltı
- Daha fazla güç

TEMEL PRENSİPLER

1. ENERJİ

Beden Kodunun neden bu kadar etkili olduğunu anlamak için enerjiyi ve onun tüm yaşamı nasıl oluşturduğunu anlamalısınız. Enerji her şeyin temelidir.

O olmasaydı ne Dünya gezegeni var olurdu, ne de siz. Siz saf enerjiden oluşan bir varlıksınız. Eşsiz titreşiminiz size özeldir ve bedeninizin ve ruhunuzun olduğu gibi görünmesini sağlar.

Gördüğünüz, dokunduğunuz her şeyi farklı frekanslarda titreşen enerjiler oluşturur. Yani her organın, sistemin ve vücudunuzun bir kısmının kendi frekansı vardır. Örneğin başınız ağrıyorsa, ağrımadığı frekansta titreşmiyor demektir. Herhangi bir bölgenin normal frekansına müdahale eden şeyleri ortadan kaldırdığınızda o bölge doğal olarak daha sağlıklı bir duruma dönecektir. Bazen önemli olan yoldakileri kaldırmak değil, eksik olanı eklemektir. Zorluklarınızın çözümü ister ince enerjisel değişiklikler olsun, ister daha somut fiziksel değişiklikler olsun, hepsi sonuçta kuantum seviyesindeki enerjiden yapılmıştır ve hepsi enerjiden etkilenir.

Enerji evrenin ana maddesidir. Görünmez enerji, birkaçını saymak gerekirse, radyo dalgaları, gama ışınları, kızılötesi radyasyon, düşünce dalgaları ve duygusal enerjiler biçiminde etrafımızdadır. Evrenimizi atom altı parçacıklar adı verilen çok küçük yapı taşlarından oluşan bir “LEGO” evreni olarak düşünebilirsiniz. Bunlar son derece küçük titreşimli enerji birimleridir. İçinde

Tıpkı LEGO'ların istediğiniz herhangi bir şeyi yaratmak için birleştirilebildiği gibi, bu küçük enerjilerin farklı düzenlemeleri hidrojen, karbon ve oksijen gibi farklı elementlerin atomlarını üretecektir. Elementler bir araya gelerek molekülleri oluşturur, bunlar da bir araya gelerek hücrelerinizin bileşenlerini oluşturan ve sonunda vücudunuzu oluşturan DNA'yı oluşturur.

Hayatınızda dokunabileceğiniz ve görebileceğiniz tüm gündelik nesneler, kendi bedeniniz de dahil olmak üzere, maddeden yapılmıştır. Madde genellikle kütlesi olan ve yer kaplayan herhangi bir şey olarak düşünülür. Ancak Albert Einstein'ın söylediği gibi, "Bütün maddeler enerjidir."

Eğer biz maddeden yapılmışsak ve tüm maddeler enerjiden yapılmışsa, o zaman biz enerji varlıkları değil miyiz?

Bu konudaki anlayışımıza, atomların ve atom altı parçacıkların incelenmesi olan kuantum mekaniğinin keşifleri büyük ölçüde yardımcı oluyor. Albert Einstein ve takipçileri, bu küçük enerjilerin doğası hakkında daha fazla şey öğrenmeye çalışırken ustaca deneyler tasarladılar. Kuantum araştırması, enerjilerin gözlemcinin görmeyi beklediği şeye bağlı olarak farklı şekillerde davrandığını ortaya çıkardı. Beklentilerimiz veya niyetlerimiz, parçacıkların nasıl hareket ettiğini ve maddeyi nasıl oluşturduğunu etkilemeye yetecek kadar enerji taşır. Pek çok fizikçi, bu gizemli davranışların tek açıklamasının, atomun içindeki enerjinin bir dereceye kadar akıllı olması ya da en azından bir çeşit üstün zeka tarafından yönetilmesi olduğuna inanıyor.

Örneğin kuantum teorisinin yaratıcısı Max Planck şunları söyledi:

> *Bütün hayatını en açık fikirli bilime, maddeyi incelemeye adamış bir insan olarak, atomlarla ilgili araştırmalarım sonucunda size şunu söyleyebilirim: Böyle bir madde yoktur! Tüm madde, ancak atomun parçacıklarını titreşime getiren ve atomun bu en küçük güneş sistemini bir arada tutan bir kuvvet sayesinde ortaya çıkar ve var olur... Bu kuvvetin arkasında bilinçli ve akıllı bir Aklın varlığını varsaymalıyız. Bu Zihin tüm maddenin matrisidir.*

Her şey enerjiden oluştuğu için enerji düzeyinde düzeltmeler yapmak genellikle en hızlı ve en uzun süreli sonuçları verecektir.

Batı tıbbı çoğu zaman hayatımızın manevi ve duygusal yönlerini, yani biz olan enerjiyi görmezden gelir. Bedeni kendisinden ayrı görmek

akıl artık mümkün değildir. Enerjinin, duyguların, deneyimlerin ve inançların vücudumuzun her hücresini etkilediğini artık biliyoruz.

Hücrelerimiz sürekli ölüyor ve yenileniyor ve vücudumuzun her yedi yılda bir neredeyse tamamen hücre yenilediği tahmin ediliyor. Eğer çarpık frekanslara veya dengesizliklere tutunmaya devam ederseniz, sağlıksız hücreleri yeniden yaratmaya devam edeceksiniz. Yeterince sağlıksız hücreniz varsa, Batı tıbbının düzeltemeyeceği hastalıkları ortaya çıkarabilirsiniz. Aşağıdaki hikayede, bir adam, doktorunun ona hiçbir zaman iyileşmeyeceğini söylemesinin ardından tekrar yürüyüp dans edebilmişti.

Tekrar Dans Etmek

> Bir arkadaşımın amcası kötü bir felç geçirdi. Hastaneye kaldırıldıktan sonra rehabilitasyon merkezindeydi. Yardım almasına rağmen dik duramıyordu. Doktorlar arkadaşıma amcasının üç hafta sonra rehabilitasyon merkezinden ayrılmak zorunda kaldığını, çünkü onun iyileşme şansının olmadığını söyledi. Onunla bir ay içinde uzaktan altı Beden Kodu seansı yaptım. Bu arada huzurevindeyken de iyileşmeye devam etti. Altı seanstan sonra sandalyeden kalktı, ayağa kalktı, yürüdü ve hatta bir hemşireyle dans etti! Arkadaşım bana bir video gönderdi, böylece kendim görebileyim. izlerken gözlerimden yaşlar aktı. Artık tekrar evinde yaşayabiliyor ve sadece biraz desteğe ihtiyacı var.
>
> - HEIDIR., V.IENNA, AUSTRIA

Eminim zihinsel durumumuzun fiziksel sağlığımızı etkilemesi sizin için sürpriz değildir. İster inanın ister inanmayın, bu, Batı toplumunu şekillendiren bazı büyük düşünürler için devrim niteliğinde bir fikirdi.

1900'lerin başında Sanayi Devrimi'nden derinden etkilenen Batı dünyası, her şeyin bir makine gibi çalıştığı fikrine iyice yerleşmişti. Vücut, diğer parçalarla ilgisi olmayan ayrı parçalara sahip bir makine olarak görülüyordu. Dişiniz ağrıyorsa dişinizi çekin ama diyete aldırmayın çünkü ne yediğiniz önemli değil diye düşünülüyordu. Eğer o kadar iyi nefes alamıyorsanız, akciğerlerinize müdahale edin, ancak sevdiğiniz birini kaybetmenin şiddetli acısını göz ardı edin.

Bugün hâlâ bütünün, parçaların toplamından çok daha fazlası olması yerine, bütünü oluşturan parçaların aynı modeline bağlıyız. Bugün doktorların, insanların yaşamlarının diğer tüm yönlerinin acılarına nasıl katkıda bulunabileceğini pek dikkate almadan tek sistemler üzerinde uzmanlaşması şaşılacak bir şey değil. Örneğin, 1995 ile 1997 yılları arasında on yedi binden fazla insan üzerinde yapılan popüler olumsuz çocukluk deneyimleri (ACE) araştırması yetişkinlerin fiziksel hastalıklarını çocukluk travmalarıyla açıkça ilişkilendirse de, o zamandan bu yana bu insanları tedavi etmenin yerleşik yöntemlerinde yeterince değişiklik olmadı.

Mevcut mekanik perspektife göre, binlerce yıldır başarıyla kullanılan tedaviler Batı tıbbı tarafından etkili bir şekilde bir kenara bırakılmış ve esasen göz ardı edilmiştir. Eğer doktorlar ve bilim insanları bu kavramları kendi gerçeklik çerçevelerine oturtamazlarsa, o zaman bu fikirler en iyi ihtimalle plasebo olarak görüldü ve itibarsızlaştırılıp reddedildi. Şifalı bitkiler, homeopati, meditasyon, ritüeller, din ve geleneklerin bilgeliği uzun zaman önce Batı sağlık dünyasında alay konusu olmuş ve ortadan kaldırılmış ve çoğunlukla da dışlanmış durumda.

Örneğin, büyükanneniz COVID-19 nedeniyle hastaneye başvurduğunda, Batılı eğitimli doktorlar tarafından herhangi bir alternatif tedavi önerildi, denendi veya hatta düşünüldü mü? Olası olmayan. Batı tıbbı, maliyetleri faydalarından daha ağır bassa bile yalnızca sonuca fayda sağlayan tedavileri öneren ilaç-endüstriyel kompleksin insafına kalmıştır.

Ancak "makine olarak vücut" perspektifi tıp camiamızın hastalıklara bakış açısını yönlendirirken, fizikçiler ve matematikçiler her şeyi oluşturan küçük, görünmeyen parçacıkların davranışından başlayarak kuantum fiziğini (çok daha kapsamlı bir dünya görüşü) keşfediyorlardı. Einstein bize ışık enerjisinin sadece dalga olarak değil aynı zamanda parçacık olarak da davrandığını parlak bir şekilde öğretti. Anlayıştaki bu değişim, bizi bugün kullanılan yasaları keşfetme yolunda ilerletti ve bizi yeni olasılıklarla dolu bir dünyaya açtı.

Kuantum mekaniğindeki süperpozisyon yasaları, dalga fonksiyonunun çökmesi, yerel olmama, dolaşma ve diğerleri gibi çoğu bu kitabın kapsamı dışında olan yeni anlayışlardan yararlanarak bu yeni anlayışı insanın enerji alanına uygulayabiliriz. Ancak Bedeni kullanırken yararlanacağınız gerçek ilkelerdir.

Kod. Zihni genişleten ve inanç uyandıran bu ilkeler, "modern" tıbbın iyileştiremediği bir hastalık olan Beden Kodu ile çalışarak ömür boyu sürecek bir rahatsızlığı on beş dakika içinde iyileştirmenin nasıl mümkün olabileceğini rasyonelleştirmek isteyenler için saf bir zevktir.

Tabii ki, tüm sorunlar bu kadar çabuk çözülmez. Bazılarının ele alınması haftalar, hatta aylar sürebilir. Dengesizlikler genellikle katmanlıdır ve tıpkı bir soğanın katman katman soyulması gibi, zaman içinde belirli bir dizi sorunun çözülmesini gerektirebilir. Mesele şu ki, kuantum fiziği Beden Kodunun nasıl ve neden çalıştığını anlamamıza yardımcı oluyor. Acıyı başarıyla hafifletir ve inanmaya ve işi yapmaya yeterince açık olanlara şifa ve bütünlük getirir.

Bilim camiası kuantum fiziği yasalarını doğrulamaya ve bunlardan yararlanmaya devam ederken, Batılı tıp yaklaşımı, hastalarının aleyhine olacak şekilde sınırlı bir dizi sonuç sağlayarak sınırlı bir dizi ilkeye odaklanmaya devam ediyor.

Öyle bile olsa, eğer bacağımı kırarsam, standart bir ortopedi doktoruna gidip bacağımı sıfırlayıp stabilize edebildiğim için derinden minnettarım. Özellikle acil durumlarda, insan vücuduna nasıl yardım edebileceğimize dair mevcut anlayışlardan ölçülemeyecek kadar faydalanıyoruz. Kesinlikle kanamayı durdurun, hastayı stabilize edin ve şokla başa çıkın. Standart tıp birçok durumda mükemmel bir şekilde işe yarar. Ancak iş ağrı veya rahatsızlığın tüm nedenlerini, özellikle de kronik sorunları kavramaya gelince, kaynağa ulaşmak için daha geniş bir ağa ihtiyaç vardır.

Neyse ki araştırmacılar daha derine iniyor ve binlerce çalışma halihazırda düşüncelerin, duyguların, deneyimlerin ve hastalıkların karşılıklı ilişkisini gösteriyor.

Bir çalışma, yalnızca depresyon tanısına sahip olmanın, erken ölüm olasılığının yüzde 65 daha fazla olduğunu gösterdi. Diğer çalışmalar, depresyon tanısının gelecekte bir hastalık geliştirme olasılığının daha yüksek olduğunu öngördüğünü göstermektedir. Depresyon ve anksiyete, otoimmün hastalıklar ve kronik ağrının yanı sıra kalbi, mide-bağırsak sistemini ve sinir sistemini etkileyen birçok hastalıkla ilişkilidir. Ve bu buzdağının sadece görünen kısmı.

Çocukluk travması ile yetişkin fiziksel sağlığı arasında açık bir bağlantı olduğunu gösteren çalışmalar mevcuttur. Ancak şifa yöntemlerini geliştirmek için bu bilginin nasıl kullanılacağı hâlâ eski modellerle sınırlı olanlar için bir sır olarak kalıyor.

Bu araştırmalardan bazılarının temel eylemi çocuklukta istismarın önlenmesidir ve bu gelecek nesil için harikadır, peki ya uzun zaman önce yaşanan adaletsizlikler nedeniyle bugün acı çekenler? Önemli duygusal travma, kronik fiziksel bozuklukların açık bir kaynağı olabilirken, çok daha yaygın deneyimlerin etkileri daha yaygındır. Kalp kırıklığı, hayal kırıklığı, öfke, hüsran ve hayata verilen tüm normal tepkiler, bizi yıllar sonra fiziksel ve zihinsel olarak etkileyen tutsak kalmış enerjiler yaratabilir. Bir sonraki hikayede Helga, sonunda yükseklik korkusundan kurtulan bir adamdan bahsediyor.

Çocukluk İstismarını Temizlemek

Bir müşterim, kimliğini korumak için kendisine S diyelim, yükseklik korkusu hastasıydı. Dört yaşındayken babası onu buzdolabının üstüne koydu ve atlamasını, yakalayacağını söyledi. S atladı ama babası onu yakalayamadı ve şu sözleri söyledi: "Bu sana asla kimseye, babana bile güvenmemeyi öğretmektir."

Kendisi üzerinde bizzat çalıştım ve o da beni adadaki evimizde ziyaret etti. Benden habersiz, başlangıçta köprüyü geçerken konsantre olması ve sadece ileriye bakması gerekiyordu. Bir gün, ilk seansımızın ardından, "Vay be, köprünün bu kadar güzel olduğunu ve nehrin de büyülü olduğunu bilmiyordum" dedi. Dört seanstan sonra korkusu ortadan kalktı ve bana şunu gönderdi:

"Harika haber! Bildiğiniz gibi Hindmarsh Adası Köprüsü'nü geçmek benim için artık çok kolay ama bugün ayakkabılarım yerden ALTI FEET yüksekteyken A-çerçeveli bir merdivenin üzerinde durabildim. İnanılmaz, Vay!! Hiçbir korku ya da gerginlik belirtisi göstermedim. Normalde bacaklarım o kadar zayıf ki, ayakta duramadığım için aşağı inmek zorunda kalıyorum. Baygınlık hissi, düşüp kendimi incittiğimin görüntüleri, babamın zalim davranışının acısı; hepsi gitti! Ve sana ne kadar teşekkür etsem azdır, uzun zamandır içimde böyle hissetmemiştim. Gidebildiğim en yüksek nokta bir metreydi ve bu yeterince kötüydü.

“İnanamadığım için o merdivene kaç kez çıktığımın sayısını unuttum ve kendimi test etmeye devam etmek zorunda kaldım (çok fazla olmalı, bacak kaslarım ağrıyor). Orada kendimi gerçekten iyi hissettim, sanki

tüm yükler omuzlarımdan düşmeye başlıyor, harika bir duygu! Bir kez daha büyük bir teşekkür ederim, teşekkür ederim, teşekkür ederim!”

- HELGAC., GOOLWA, SÇIKIŞAAVUSTRALYA

Günümüzün acı ve ıstırabını yaratan geçmişin enerji dengesizliklerini etkili bir şekilde ele almak ve serbest bırakmak için çağdaş yöntemler mevcut olsa da, mevcut tıbbi paradigmaya uymadıkları için çok az sayıda ana akım doktor hastalarını bu kaynaklara yönlendirecektir.

Enerjinin bizi nasıl etkilediğine dair bu yeni farkındalığı atfetmeden önce, hak ettiği yerde kredi verelim. Bu zengin enerji anlayışı binlerce yıl önce başlamıştır. Bulduğum kadarıyla enerji tıbbının en eski biçimi, vücuttaki enerji yollarını keşfeden Çinliler tarafından uygulanıyordu. Akupunktur, işlevi ve sağlığı iyileştirmek için vücuttaki enerji akışını manipüle ederek uygulanır. O zamandan beri tai chi, meditasyon, yoga, hipnoterapi, akupunktur, masaj terapisi, Reiki, kuantum şifa, qigong, duygusal özgürlük tekniği (EFT) ve diğer birçok yöntem, enerjiyi manipüle etmek için fizik yasalarını kullanan bağımsız protokoller olarak ortaya çıktı. Sağlığı iyileştirmek.

İlkelerini kullanabilmem için kuantum mekaniğini anlamam gerekmedi. Acılarının temelinde yatan dengesizlikleri tespit edip ele alırken, hastalarımın kayda değer iyileşmeler elde etmelerini hayranlıkla izledim. Bir kez bulunup serbest bırakıldığında, beden ve zihin tamir etmekte özgürdü ve çoğunlukla da hemen tamir ediliyordu. Kuantum teorisi her gün yaşadıklarımı doğruladı.

2. ENERJİ BEDENİ VEYA RUHU

Enerji, hem fiziksel bedenimizi hem de biyolojik alanlar, çakralar, elektromanyetik alan vb. gibi varlığımızın diğer enerjisel bileşenlerini oluşturur. Ancak enerji alanının daha da önemli bir yönü, birçok farklı kişi tarafından saygıyla karşılanan bir şeydir. kültürler şimdi ve zaman boyunca. Buna prana, chi veya qi, yaşam gücü, ruh ve enerji bedeni adı verilmiştir. Enerji alanını farklı bileşenlere ayırabiliriz, ancak bu konuşmada basitlik sağlamak için hepsini tek bir şeye, fiziksel bedenin planına saralım ve buna ruh adını verelim.

Ruhunuzu bilmek bu çalışma için çok önemlidir çünkü bedeniniz ve ruhunuz tamamen mutlu ve sağlıklı olmak için uyumlu olmalıdır. Garri Garripoli, yazarı*Çigong: Şifa Dansının Özü,*şu sözlerle bu noktayı çok güzel bir şekilde ortaya koydu:

> *Bir ruh ve akılla evli olan beden, bize bedensel zevkler sağlar ve cilalı bir ayna gibi genel ruhsal ve zihinsel durumumuzu yansıtmaya hizmet eder... Kendi benzersiz dengemizi keşfedebildiğimiz ölçüde bütünüz... ve bir kez. Bütün olarak, gerçekten özgür ruhlar gibi dans edebiliriz.*

Aşağıdaki hikayede Phillip enerji bedenini hissetmeyi ve bütün olmanın nasıl bir şey olduğunu deneyimledi.

Gerçek Benliğimi Keşfetmek

Hayatımın en uzun ve anlamlı ilişkisini sonlandırdığımda derin bir depresyona girdim. Meditasyondan yogaya kadar ne denediysem denedim, kendimi çaresizliğin sancılarından tamamen kurtaramadım. Tekrar tekrar bisiklet sürdüm, bir gün sonunda karanlıktan çıkıyormuşum gibi hissettim, ancak o zaman ertesi gün geri itildim.

Bundan birkaç ay sonra ve hiçbir ilerleme yok gibi görünen bir süre sonra, bir aile dostuyla şans eseri karşılaştım. Öğle yemeğinde Duygu Şifresi'nin nasıl çalıştığını anlattığını dinlerken şunu düşündüm: "Neden olmasın? Ben de bir şans verebilirim.

Seansımız sırasında, birbirine bağlı ve önceki ilişkimle ilgili olan iki tutsak duygunun, keder ve gönül yarasının olduğunu keşfetti. Mıknatısın omurgamın arkasına üç kez kaydırılmasıyla yok oldular. Bundan beş dakikadan kısa bir süre sonra sanki enerjik bedenimden inanılmaz derecede ağır bir battaniye çekilmiş gibi büyük bir rahatlama hissettim. Aylardır ilk kez, "gerçek benliğim" dediğim enerjiyi somut bir şekilde hissedebiliyordum. Bu sadece aklımda değildi; gerçek ve somuttu ve aynı zamanda inanılmaz derecede basit ve uygulaması kolay olan bu kadar derin bir şifa yöntemini bulmak harika bir duyguydu.

- PHILLIPK., N.ORTHCAROLİNA, senNİTEDSTATES

Yaratıcının herhangi bir şeyi fiziksel olarak yaratmadan önce her şeyi enerjisel veya ruhsal olarak yarattığına inanıyorum. Ruhunuz fiziksel bedeninizin bir planıdır. Bu, fiziksel bedeninizin dönüştüğü üç boyutlu bir şablondur.

Onlarca yıldır bilim insanları insan dokusunu yenilemeye çalışıyorlar. Birçoğu aynı sonuca varmıştır: Canlıların içinde hücresel süreçleri harekete geçiren, vücudu inşa eden ve koruyan bir enerji alanı vardır.

İşte bir örnek: Bilim insanları, koptuğunda kuyruğunu yenileme konusunda inanılmaz bir yeteneğe sahip olan semender gibi hayvanlar üzerinde pek çok araştırma yaptı. Semender yırtıcılardan kaçmak için bu savunma mekanizmasını kullanır. Kuyruk tekrar büyüdüğünde, tıpkı daha önce göründüğü gibi görünür. Bu nasıl oluyor? Semenderin enerji alanının, kuyruğun büyümesi için üç boyutlu bir şablon sağladığına ve fiziksel formun bu görünmez planı basitçe doldurduğuna inanıyorum.

Ruhunuz sonuçta gerçekte olduğunuz kişidir. Bu sizin duyarlı zekanız ve varlığınızdır, görünmez bir ışık bedenidir. Bir cenazeye gittiğinizde tabutta yatan kişiye baktığınızda değişen bir şeylerin olduğu çok açık. Fiziksel beden tanıdık gelse de bireyin yokluğunu hissedebilirsiniz. İçinde ruh ya da yaşam gücü bulunmayan boş bir kabuk gibidir.

Geçmişi 1907 yılına dayanan tartışmalı bir çalışma, insan vücudunun ölüm anında ortalama yirmi bir gram ağırlık kaybettiğini ortaya çıkardı. Bu insan ruhunun ağırlığı olabilir mi?

Bir elin eldiveni canlandırması gibi, kişinin ruhu da fiziksel bedenini canlandırır. Ölüm anında ruh ya da enerji bedeni yoluna devam eder ve beden artık yaşam gücüne sahip olmadığı için çürür. Bir kişinin ölümlü yaşamı boyunca, ruh ve beden, henüz anlamadığımız derin bir şekilde etkileşime girer. Bu arayüz nedeniyle enerji bedeni dengesizleştiğinde fiziksel beden her zaman etkilenir. Bir kişinin gerçekten iyi olabilmesi için enerji bedenindeki dengesizliklerin düzeltilmesi gerekir.

En Gerçek Kimliğiniz

Gerçekte kim olduğunuz, yani en gerçek kimliğiniz hakkında neye inandığım hakkında biraz daha ayrıntıya girmeme izin verin. Yüzyıllar boyunca insanlar bencil ve baskıcı, rekabet etme ve güç ve mal mülk biriktirme yönünde güçlü bir dürtüye sahip olan varlıklar olarak tanımlandı. Bu, bazı durumlarda, özellikle de kendi kalplerine erişimi görmezden gelen ve kapatan insanlar için doğru olsa da, insanlarda, dünya yaşamıyla başlamamış bir kısım var.

Ruh bedeniniz siz Dünya'ya gelmeden çok önce vardı ve ölümün ötesinde de yaşamaya devam edecek. Yaratıcının huzurundan geldin. Yani sizin en gerçek kimliğiniz Yaratıcının ebedi, ruhsal, zeki çocuğudur. Siz öğrenmek ve ilerlemek için dünya yaşamında yolculuk yapan muhteşem bir varlıksınız.

Büyüme direnç ve yeni deneyimler gerektirir. Şimdi hatırlamıyor olabilirsin ama burada yapabileceğin ve öğrenebileceğin her şey yüzünden Dünya'ya gelmeyi seçtiğine inanıyorum. Güçlü bir beyne sahip fiziksel bir bedene sahip olmak son derece zordur. Beyin doğal olarak sizi hayatta tutmak ve tehdit olarak algıladığı şeylerden ne pahasına olursa olsun korumak için tasarlanmıştır. Acı dolu geçmiş deneyimler, beyninizin hayatınızın kontrolünü gereğinden fazla kontrol altına almasına neden olarak ruhunuz ve fiziksel bedeniniz arasındaki hassas dengeyi bozabilir. Fiziksel bedeninizle tam olarak bütünleşmediğinizde veya dengeniz bozulduğunda, tam canlı sağlık önemli ölçüde engellenir. İçinde dengesiz bir yük bulunan bir çamaşır makinesi gibi, sıkma döngüsü başladığında ve stres arttığında, kendinizi hayat tarafından acı bir şekilde dövülürken bulabilirsiniz. Manevi ihtiyaçlarınızı karşılamak, fiziksel ve duygusal sağlığı bulmanın güçlü bir yönüdür.

Ruhunuz, yani gerçek siz, özelsiniz ama çoğu zaman görebildiğiniz ve dokunabildiğiniz şeyler tarafından gizleniyor ve tanınmıyor. Bedeniniz aslında ruhunuzun barınacağı kutsal bir “tapınaktır”.

Vücudun daha iyi çalışmasına yardımcı olmak için çalıştığımız her an kutsal bir şey yapıyoruz. Bir yarayı dikiyorsak, engelli birine yardım ediyorsak, birinin iyileşmesine yardım ediyorsak, içten saygıyı hak eden özel bir şey yapıyoruz. Bedeniniz ve beyniniz bunları bilmiyor çünkü tüm hakikatlerin kaynağından gelen hakikati bilen, alan ve tanıyan ruhunuzdur.

Pek çok ölüme yakın deneyim, “ölen” ve bir süreliğine bedenlerini terk eden insanların, öldüklerini anlayana kadar farkına varmadıklarını ortaya koyuyor.

aşağıya baktılar ve üzerinde asılı dururken fiziksel bedenlerinin orada yattığını gördüler. Bunu yaşayan insanlar, kendilerinin fiziksel bedenleri olmadığını anlarlar. Bunun yerine, bedenleri daha çok ruhsal benlikleri için geçici bir barınma gibidir.

Bir zamanlar asla unutamayacağım bir deneyim yaşadım çünkü bana bu kavramın doğruluğunu öğretti. Bir gün yukarıdan yardım istedikten sonra dikkatimi önümdeki masada yatan hastaya çevirdim. O anda bana yukarıdan bir anlayış hediyesi verildi. Sanki tüm hayatım boyunca kördüm ve birdenbire berrak, ruhsal bir görüşle görebiliyordum. Kutsal bir tapınağın, bu hastaya ait olan bedenin tapınağının karşısında durduğumu anında ve net bir şekilde algıladım. Anında en derin huşu ve saygı duygusuyla doldum. Bu güçlü açıklama yalnızca birkaç saniye sürdü ama unutulmazdı ve beden hakkındaki gerçeği daha önce sahip olduğumdan çok daha yüksek bir anlayış düzeyinde ortaya çıkardı.

Hayattaki amaç duygumuz, büyüme ve öğrenme arzumuz ve başkalarıyla bağlantı kurma arzumuz, gerçekte kim olduğumuza dair gerçeğin derin içsel bilgisinden kaynaklanır. Hayatta kendini korumaktan daha fazlası var. Ruhlarımız bizi yaşamın derin bir anlamı olduğu gerçeğine bağlar. İnsanların eşyalardan daha önemli olduğunu ve insanlarla ilişkilerin "eşyalara" sahip olmaktan daha ödüllendirici olduğunu doğuştan biliyoruz. Kendimizi ne kadar büyütürsek ve hizmet etmeye çalışırsak, birbirimize karşı o kadar iyi olmaya meyilli oluruz.

★ ★ ★

Ateist ve Hıristiyan yazar CS Lewis şunu yazdı:

> *Muhtemel tanrı ve tanrıçalardan oluşan bir toplumda yaşamak, konuşabileceğiniz en sıkıcı, en ilgi çekici olmayan kişinin, bir gün, şimdi görseniz tapınmak isteyeceğiniz bir yaratık olabileceğini hatırlamak ciddi bir şeydir. ya da şu anda karşılaştığınız türden bir dehşet ve yozlaşma, eğer varsa, yalnızca bir kabusta. Bütün gün boyunca bir dereceye kadar birbirimize bu hedeflerden birine veya diğerine yardım ediyoruz. Bu karşı konulmaz ihtimallerin ışığında, buna yakışan bir korku ve ihtiyatladır.*

Translated from English to Turkish - www.onlinedoctranslator.com

*birbirimizle olan tüm ilişkilerimizi, tüm dostluklarımızı, tüm aşklarımızı, tüm oyunlarımızı, tüm politikalarımızı yürütmeliyiz. hayır*sıradan *insanlar. Hiçbir zaman sıradan bir ölümlüyle konuşmadın. Milletler, kültürler, sanatlar, medeniyetler, bunlar ölümlüdür ve onların hayatı bizim için bir sivrisineğin hayatı gibidir. Ama şakalaştığımız, birlikte çalıştığımız, evlendiğimiz, küçümsediğimiz ve sömürdüğümüz kişiler ölümsüzlerdir; ölümsüz korkular ya da sonsuz ihtişamlar.*

Her birimizin ölümlü bir deneyim yaşayan ebedi varlıklar olduğumuzu bildiğimizde, elimizden gelenin en iyisini yapma, şifa ve huzuru arama ve hizmet ve sevgi dolu bir hayat yaşama motivasyonuna sahip oluruz. Her birimizin bir misyonu ve Dünya'da bulunmamızın bir nedeni var. Ve şu anda Beden Kodunu öğreniyor olmanız tesadüf değil. Belki de buraya olmak için geldiğiniz kişi olmanız için bir araç olacaktır. Hayat her zaman göründüğü gibi değildir.

Bu ruh bedenlerimiz, her ne kadar son derece rafine madde olsa da, maddedir, bu yüzden çoğu insan onları çoğu zaman göremez. Dengeden çıkabilirler ve bu da fiziksel bedenin işleyişini etkiler. Ruhunuz ne kadar gerçek olsa da, fiziksel bedeninizin ses telleri kadar belirgin bir "sesi" yoktur. Enerji bedeninde dengesizlikler, tutsak kalmış duygular veya başka sorunlar olduğunda, hatta fiziksel bedende ruhun son derece farkında olduğu ama sizin bilinçli olarak bilmediğiniz sorunlar olduğunda, bu bilgiye nasıl ulaşırsınız?

Neyse ki bilinçaltınız sorunların nerede olduğunu ve neye ihtiyaç duyulduğunu size bildirmeye hazır. Beden Kodu, size bu erişimi sağlamak ve bunu kolaylaştırmak için bilinçli ve bilinçaltı zihin arasında gerekli arayüzü sağlar.

3. BİLİNÇALTI

Bilinç ve bilinçaltı zihin arasındaki farkı tartışalım. Bilinçli zihniniz, tüm uyanık saatlerinizi geçirdiğiniz, kararlarınızı verdiğiniz, düşünce ve fikirleri alıp analiz ettiğiniz, sonuçlar çıkardığınız ve hangi eylemleri gerçekleştireceğinize karar verdiğiniz yerdir. Biz insanların beynimizin sadece bir kısmını kullandığımız defalarca söylendi. Son araştırmalar aslında bilinçli zihnin beynin toplam kaynaklarının neredeyse hiçbirine ihtiyaç duymadığını ortaya çıkardı. Başka bir deyişle düşünmek, hareket etmek, seçim yapmak, planlamak, görmek, duymak, tatmak, dokunmak ve koklamak

Beynin işlem gücünün çok az bir kısmını kullanan bilinçli faaliyetlerdir. Eğer bu doğruysa, beynin geri kalan büyük kısmı ne yapıyor?

Zekanızın büyük kısmı bilinçaltındadır. Çoğu insan, aslında süper aktif olmasına rağmen bilinçaltını çok az tanır. Her şeyi arşivlemek ve hatırlamaktır. Vücudunuzdaki her hücrenin kuantum seviyesine kadar olan tüm geçmişi, bilinçaltı zihin olan o muhteşem holografik bilgisayar sisteminde arşivlenir ve saklanır.

İçinizdeki bu sessiz zeka sürekli olarak bilgi depolamakla ve vücudunuzun sistemlerinin verimli çalışmasını sağlamakla meşgul. Bilinçaltının yaptığımız şeyler, nasıl davrandığımız ve hissettiğimiz üzerinde görünmeyen ama derin bir etki yarattığını anlamak da önemlidir.

Çoğu insan bilinçaltı zihinlerinin varlığına çok az önem verir. Ancak bir an için bilinçaltınızın gerçekleştirdiği işlevleri devralmak zorunda olduğunuzu hayal edin. Sindirim sisteminize öğle yemeğinizi nasıl sindireceğini söylemenin veya hücrelerinize nasıl enzim ve protein oluşturacaklarını söylemenin zorluğunu hayal edin. Her günün her anında kalbinizin atmasını sağlamak ve havanın ciğerlerinize girip çıkmasını sağlamak konusunda endişelenmeniz gerekip gerekmediğini hayal edin. Ve artık dolu bir programın olduğunu düşünüyorsun!

Bilinçaltınız o kadar zekidir ki, kahvaltınızı alıp onu yeni kalp kası dokusuna veya yeni kırmızı kan hücrelerine dönüştürebilir. Tek bir hücrenin, karmaşıklık açısından, kalkışa hazır rampadaki uçaklarla ve genellikle karmaşık olan bireysel işlerinde çalışan binlerce insanla modern, tam boyutlu bir uçak gemisiyle kıyaslandığı söyleniyor. İnsan vücudunun tahmini olarak otuz yedi trilyon hücreye sahip olduğunu fark ettiğinizde ve bilinçaltının sizi bir andan diğerine hayatta tutmak için tüm bunları kontrol ettiğini, organize ettiğini ve düzenlediğini fark ettiğinizde, bu oldukça alçakgönüllü bir durumdur.

Bir buzdağının görüntüsü, bu iki zihni görselleştirmenize yardımcı olabilir; buzdağının büyük kısmı (su hattının altında) bilinçaltı zihni temsil eder. Buzdağının daha küçük kısmı (su hattının üstünde) bilinçli zihni temsil eder.

Aşağıdaki hikayede Lorraine, Bronson'un gece korkuları üzerinde çalışırken bilinçaltının sadece hatırlamakla kalmayıp aynı zamanda olayların altında yatan nedenleri ortaya çıkarma yeteneğine de tanık oldu.

Bronson

Bronson, gece terörü çeken yedi yaşında bir çocuktu. Kardeşinin yanında olmasına rağmen geceleri odasında uyuyamadı. Annesi o uyuyana kadar onunla birlikte yatakta yatıyor, sonra da kendi odasında uyuyordu. O ve kocası, gece korku içinde uyandığında gecenin geri kalanını kendi odalarında uyuyacağını bilerek, yataklarının yanında yerde küçük bir şilte tutuyorlardı. Sevildiğini ve güvende hissetmesini sağlamak için her şeyi denediler ama hiçbir şey yardımcı olmadı.

Bronson'la çalıştım ve birçok tutsak duyguyla karşılaştım. Bilinçaltının ortaya çıkardığı şey annesini hayrete düşürdü. Kas testiyle belirlenen tutsak duygular şok, dehşet, dehşet ve korkuydu. Onlar hakkında daha fazla bilgiye ihtiyacımız olup olmadığını sorduğumuzda cevap evet oldu. Bir yaş bulmamız gerekiyordu ve o da

iki civarında. Annesi, Bronson'un ikinci doğum gününden hemen önce garaj yolundan otoyola koştuğu sırada meydana gelen üzücü bir olayı hatırladı. Hava kararmaya başlamıştı ve yolda bir araba ilerliyordu. Çocuğa çarpmamak için sürücünün etrafından dolaşan sürücü, daha sonra bir hendeğe düştü. Hatırladığı kadarıyla bu korkunç bir olaydı.

Bir arabanın farlarının kendisine doğru geldiğini gören çocuğun nasıl hissettiğini ancak hayal edebilirsiniz. Bronson'ın zihni tüm bu duyguları bilinçaltında hapsetti ve bu duygular daha sonra gece terörü, kabuslar ve uykuya dalma korkusu şeklinde ortaya çıktı. Tutsak kalmış duygular serbest bırakıldığında her gece rahat uyuyabildi. Bunun bir mucizeden başka bir şey olmadığını hissettiler!

— LORRAİNL., N.EWHAMPSHIRE, senNİTEDSTATES

Bilinçaltınız vücudunuzun barındırdığı dengesizliklerin farkındadır ve aynı zamanda bu dengesizliklerin fiziksel, duygusal ve zihinsel sağlığınız üzerinde ne gibi etkileri olduğunu da tam olarak bilir. Dr. Jill Carnahan'ın belirttiği gibi bu bilgi ve daha fazlası bilinçaltında saklıdır: “Bilinçaltınız vücudunuzun tüm hayati süreçlerini kontrol eder. Sorununuzun cevabını zaten biliyor ve sizi nasıl iyileştireceğini zaten biliyor."

Bilinçaltınız fiziksel, duygusal ve zihinsel sorunlarınızın çözümünün ne olduğunu bilir ve sorularınızı yanıtlamaya her zaman hazırdır. Bu bilgiye erişmeyi öğrendikçe ihtiyacımız olan cevapları alırız. Sizin hakkınızda devasa bir bilgi veritabanı olan bilinçaltınız, sorununuzu tam olarak bilen ve onu nasıl çözeceğinizi (bir hastalıktan iyileşmek, daha fazla para kazanmak veya ilişkilerinizi geliştirmek olsun) bilen bir bilgisayar gibidir.

Bilinçaltınız kararlarınızı, düşüncelerinizi ve eylemlerinizi büyük ölçüde etkiliyor. Forma girmek istediğinizde ve her gün spor salonuna gitmeyi düşündüğünüzde ama tüm ay boyunca kapıdan çıkmayı başaramadığınızda, sizce aklınızın hangi kısmı evde kalmayı seçiyor? Bilinçli zihninizin forma girmek için spor salonuna gitmek gibi bir çözümü varmış gibi görünüyor, ancak bilinçaltınızda sizi bunu gerçekten yapmaktan alıkoyan bir şey var.

Özetle bilinçaltınız, sizi an be an hayatta tutan, aynı zamanda adımlarınızı sessizce yönlendiren, hayatınızı yürüten zekanızın bir parçasıdır.

Belirtilerimiz olduğunda çoğu zaman bunun nedeninden emin olmayız. Sırtımızın ağrıdığını biliyoruz. Kendimizi iyi hissetmediğimizi biliyoruz. Çocuk sahibi olamayacağımızı biliyoruz. Depresyonda olduğumuzu, kaygı veya sindirim sorunları yaşadığımızı biliyoruz. Bizde bir şeylerin yolunda gitmeyebileceğini biliyoruz, ancak genellikle nedenini bilmiyoruz.

Bilinçaltının bu tür semptomların neden var olduğunu gerçekten bilmesinin mümkün olduğunu düşünüyor musunuz? Benim önermeme göre iyileşme, tüm yanıtların sorulabileceği iç bilgisayara, bilinçaltı zihne erişimle ilgilidir.

Bilinçaltı Zihin ve Ruh

O zaman bilinçaltı ile ruh arasındaki farkın ne olduğunu merak edebilirsiniz. Şimdi pek çok ilginç farklı görüşle derin sulara giriyoruz. Bu modelde bilinçaltı zihnin bir parçasıdır ve bu nedenle bilgiye dayalıdır ve biraz bilgisayara benzer. Ruh, tüm bilgilere sahiptir ve aynı zamanda sizin en gerçek ve ebedi yönünüz olarak değerlere, duygusal zekaya, ahlaka, eleştirel düşünceye ve meraka sahiptir.

Hem ruh hem de bilinçaltı deneyimlerinizle ilgili her şeyi takip ediyor ve her ikisinin de kendi gerçeklerini "söylemek" konusunda baskın bir erişimi yok; ama cep telefonunuz evcil hayvanınızdan ne kadar farklıysa onlar da o kadar farklıdır. Biri bilgilendirici, diğeri ilişkiseldir. Bu nedenle bilinçaltına ulaşmak çok değerlidir. Cevapları var. Cevapları yargılamak ya da cevaplarla ilgili herhangi bir şey hissetmek değildir. Cevaplara erişim evet veya hayır şeklindedir. Bilinçaltıyla çok hızlı çalışarak yaşam deneyimlerinin karmaşıklıklarından uzaklaşıp doğrudan çözüme ulaşabiliyoruz.

Bilinçaltı, buzdağının su hattının altındaki kısmına benzetilecek olursa, bilinçaltının içinde bulunduğu su okyanusu, genellikle "evrensel zeka" olarak adlandırılan bir şeyi temsil eder. Aynı zamanda "var olan her şeyin veri tabanı" veya "morfik alan" veya "İsa'nın ışığı" olarak da adlandırılan bu, evreni dolduran, bir şekilde ilahi zeka tarafından yönetilen enerjidir, " Max Planck'tan alıntı yaparsak, tüm maddenin matrisi.

Bu enerji alanı evrenin boşluklarını doldurur ve tüm insanların bilinçaltı zihinlerini tek bir geniş bütün halinde birleştirir. Uzaktan biri üzerinde çalıştığımızda bunu sonsuz olan bu enerji alanı aracılığıyla yaparız. Bu nedenle bilinçaltımız gerçekten deha veri tabanına bağlıdır. Tüm bilgiler bu enerji veri tabanında mevcuttur. Yani, kişiniz Beden Kodunu hiç duymamış olsa da, onun bilinçaltı zihni bu zeka alanı aracılığıyla ona tam erişime sahiptir. Bu nedenle kas testi yoluyla bilinçaltı sizi anında ilgili dengesizliklere götürebilir.

Bu muhteşem bilgisayar sistemindeki tüm bilgilere sadece kas testini kullanarak ulaşabiliyoruz. Sadece bedenle ilgili hemen hemen her soruya cevap almakla kalmıyoruz, aynı zamanda her insanın bilinçaltında, bedeni yüzde 100 işlevselliğe geri döndürmek için yapılması gereken her şeyin bir listesi olduğuna inanıyorum. mümkün olduğu kadar buna.

Başka bir deyişle, her insanın kendi sorunlarının cevabı vardır. Kendi sorunlarınızın cevapları sizde. Başka bir kişiye yardım etmek için çalışırken, Beden Kurallarını kullanan ve soru soran kişi boş bir sayfadır ve diğer kişinin bedeninin dengelenmesine yardımcı olmaktan başka hiçbir amacı yoktur. Vücudun evet veya hayır olarak cevaplayabileceği basit sorular sorarak dengesizlikler belirlenebilir ve düzeltilebilir, ele alınabilir veya giderilebilir. Çoğu dengesizlik hemen giderilebilir, ancak bazılarının düzeltilmesi için ek çaba gerekebilir. Belki daha fazla suya, belirli bir vitamin veya minerale, egzersize veya toksik bir ilişkiden kurtulmaya ihtiyacınız var. Kim bilir? Bilinçaltı biliyor. Çoğu zaman, vücudun kendini yenilemesi, semptomları bırakması ve mutlu olması için gerekli olanın, frekansları veya enerjileri temizlemenin veya dengelemenin yeterli olduğunu görüyoruz.

Birisi üzerinde çalışırken her türlü olasılığa açık olun. Bütünsel hekimin eski sözünü bir kez daha hatırlayın: “Her şey her şeye neden olabilir!” Aşağıdaki hikayede bir büyükanne, beklenmedik bir nedenin, bir zorluğu çözmenin anahtarı olduğuna dair farkındalığını paylaşıyor.

Her zaman her şeyin her şeye sebep olabileceğini söylersin. Gecenin bir yarısı başparmağım aniden bir tetikleyici geliştirdi; hareket etmek çok acı vericiydi. Sonraki altı ay içinde daha da sertleşti ve daha da iltihaplandı. Eklem bile genişledi. ... Öylece sıkışmıştı ve onu bükemedim.

Sonunda her iki tarafta da iki atadan miras kalan duyguları bulduk. Tutsak kalmış duyguları serbest bırakmanın yarısında başparmağım çalışmaya başladı. Başparmağımın işlevi herhangi bir tetikleme olmadan iyileşiyor ve eklemdeki iltihap azalıyor.

- BONNIEL., CALİFORNİYA, senNİTEDSTATES

Bilinçli zihninizi susturmak ve bedeninize uyum sağlamak için kendinize izin verirseniz, bilinçaltınızın sizinle oldukça iletişim kurabildiğini öğreneceksiniz.

4. YÜKSEK GÜÇ

Şifacı olmanın iki temel yönü, (1) yardıma ihtiyacınız olduğunu anlayacak kadar alçakgönüllü olmak ve (2) inandığınız Yüksek Güç ne olursa olsun, bu yardımı istemeye istekli olmaktır.

Yüksek Güç hakkındaki fikirleriniz ve benim fikirlerim muhtemelen farklı. Kaynağa ya da Yaratıcıya farklı unvanlar vermemizin o kadar da önemli olduğunu düşünmüyorum, ama onu kabul edip ona yaslanmamız önemli. Önemli olanın bu Yüksek Gücün karakteri olduğunu düşünüyorum. Augustine'den alıntı yapacak olursak, "Tanrı her birimizi, sanki bizden sadece bir tane varmış gibi seviyor."

İlahi olanla bağlantı, sizi gerçeğe yönlendirecek, hastalıkların altında yatan nedenlere en hızlı şekilde ulaşmanıza ve yardım edilmeye hazır olanlarla bağlantı kurmanıza yardımcı olacak tek şeydir. Bu çalışma sizi şifanın bir aracı olma konumuna getiriyor. Herhangi biriyle çalışmadan önce daima yardım isteyin ve gelecek ince düşüncelere, fikirlere ve izlenimlere açık olun. Patty'nin aşağıdaki hikayede olduğu gibi, içinizde ortaya çıkacak iyiliğe hayran kalacaksınız.

Yardım almak

Otuzlu yaşlarının başında, uzun yıllardır kısırlıkla mücadele eden bir müşterim vardı. O ve kocası sonunda yeterli parayı biriktirdiler

Kısırlık tedavisine başladılar ancak vücudunun hormon tedavisine yanıt vermemesi ve tüp bebek (tüp bebek) tedavilerine başlayamaması nedeniyle büyük bir hayal kırıklığına uğradılar.

Beden Kodunu kullanarak üreme organlarında yanlış hizalanmalar olduğunu ve birçok tutsak kalmış duyguyu tespit ettim. Tedaviye başladı ama yine de hamile kalamadı.

Bir sonraki seansta, bu danışanımla ilgili yardım istemek için yaptığım duanın ardından, hamile kalma konusunda nasıl hissettiğine dair spesifik sorular sormak aklıma geldi. Aklıma sürekli şu tür sorular geliyordu: Hamile kalmakta sorun yok mu, anne olmakta sorun yok mu? Onun hamile kalmasını engelleyen ne? Bir çocuk sahibi olmasına izin verecek ne söyleyebilirim? Yukarıdan gelen yardımlarla derin katmanlar ortaya çıkmaya başladı. Bu yöntemin güzelliği, durumları açığa vurmak zorunda olmaması ve herhangi bir travmayı yeniden yaşamak zorunda kalmamasıdır.

Herhangi bir dengesizlik veya "blok" ile ilgili tüm sorularıma hayır ve her organ/yapının dengeli olup olmadığına ilişkin sorularıma evet gelene kadar toplam altı seans yaptık. Vücudu kendini iyileştirmeyi başardı. Yaklaşık dört ay sonra kendisinden ve kocasından hamile olduğunu ve birlikte olduklarını bildiren bir e-posta aldım.*yapmadım* tüp bebek tedavilerine ihtiyacım var! Artık çok güzel ve sağlıklı bir erkek bebekleri var.

- PATTYC., FLORİDA, senNİTEDSTATES

DÖRT ETKİNLEŞTİRİCİ İLKE

Beden Kodunu tam olarak kullanmak ve olabileceğiniz en etkili şifacı olmak için farkında olmanız ve uygulamanız gereken dört ilke vardır. Beden Kodunu kullandığınızda, "zihin durumunuzun" bilincinde olun, çünkü bu ilkeleri kullanırken orada bulunmak, bu çalışmanın gücünü "açacaktır". Bunlar:

1. Aşk
2. Niyet
3. Dua
4. Minnettarlık

Bu fikirleri giderek daha iyi anlamanız, Beden Kurallarını kullanmadaki başarınızın temelini oluşturacaktır.

1. AŞK

Bu işin merkezinde aşk var. Neden? Çünkü sevgi, dönüşümün ve iyileşmenin gerçekleştiği enerjidir. Deepak Chopra'nın bir keresinde söylediği gibi, "Sevginin faydası iyileştirmektir. Sevgi, benliğin derinliklerinden çaba harcamadan aktığında sağlık yaratır." Hizmet ettiğiniz kişiye sevgi duyduğunuzda, hizmet etme fırsatı için şükran duyduğunuzda ve tüm bunları mümkün kılan kaynağa karşı sevgi duyduğunuzda, İlahi Olan için bir ışık kanalı haline gelirsiniz.

Hiçbirimiz bu işi yapmaya tam anlamıyla yetkin değiliz. Mükemmel değilsin ama yeterlisin. Hatalarınıza rağmen kendinizi sevin; Beden Koduyla çalışmanız daha kolay ve daha verimli olacaktır.

“Bunu anlatmak için ölen ve yaşayan” insanların deneyimlerinde dikkatimi çeken en etkileyici şeylerden biri, geçici olarak diğer tarafa geçtiklerinde kendilerine sorulan sorulardır. Hiçbir zaman “Ne kadar büyük bir evde yaşadın?” diye sorulmuyor. Veya “Hayattayken ne kadar para kazandın?” Bunun yerine onlara “Başkalarını ne kadar sevdiniz?” diye sorulur. Veya “Ne kadar öğrendin?”

Bunun, bu şeylerin önemine dair bir ipucu olması ve yaşamın gerçekte amacının ne olduğunu anlamamıza yardımcı olması gerektiğini düşünüyorum. Her şey sevgi ve öğrenmeyle ilgili.

Korintliler Kitabında elçi Pavlus sevgi olmadan bir hiç olduğumuzu yazdı.

Öldüğümüzde, ne kadar para kazanırsak kazanalım, bu dünyada ne kadar başarı elde edersek edelim, yanımızda yalnızca edindiğimiz bilgiyi ve başkalarını sevme yeteneğimizi alırız.

Beden Kodunu başka bir kişiye yardım etmek amacıyla başarılı bir şekilde kullanmak için, kalbinizin o kişiye karşı sevgiyle dolmasına izin verin. Bu sevgi anında sizin kalbinizden onların kalbine iletilir. Bilinçaltı düzeyde silahsızlandırıyor. Koşulsuz sevgi karşısında engeller ve korumalar azalır. Gerçek şifacılar her zaman kalpten gelir. Başka bir kişinin bilinçaltına yalan söyleyemezsiniz. Eğer gerçekten ilgilendiğiniz tek şey onların parası ya da kendi egonuzu beslemekse, onlar da sizin hakkınızdaki gerçeği hissedecek ve bileceklerdir. Gerçekten yürekten yardım etmek istemek dışında başka bir gündeminiz varsa, en azından bilinçaltında bunu bileceklerdir.

Beden Kurallarını kullanarak kendi üzerinizde çalışmak istiyorsanız aynı prensip geçerlidir. Kalbinizi kendinize olan sevgiyle doldurmayı seçin. Yeterince iyi olmadığınızı, yeterince değerli olmadığınızı, yeterince akıllı olmadığınızı ya da yeterince her ne ise yeterince iyi olmadığınızı hissettiğiniz için kendinizi sevmekte zorlanıyorsanız, bu duyguların ışıktan gelmediğinin farkına varın. Sevgimiz mükemmel olan ilahi sevgiyle bağlantı kurmamızı sağlar. Dolayısıyla bu işi yapmak için siz yeterlisiniz, çünkü eksik olduğunu hissettiğiniz şeyleri ilahi sevgi dolduracaktır. Bunu kabul ettikçe, o sevgiye doğru büyüyeceksiniz. Herkes gibi sizin de şifa bulmanız gerekiyor. Hatalarınıza rağmen kendinizi sevin; içten dışa iyileşmeye başladığınızı hissedeceksiniz ve Beden Koduyla çalışmanız daha kolay ve daha başarılı olacak.

Bazen hem sevgi verme hem de alma yeteneğimizin önünde nelerin engel olabileceğini anlamak için kendimiz için biraz çalışma yapmamız gerekir. Bu hikayede Reham tam da bunu yaptı.

Aşkı hissetme

> Hayat Kolay değil. O kadar kopmuş ve uyuşmuştum ki artık hiçbir duyguyu hissedemiyordum. Ama Kalp Duvarımı bulup temizlediğimde her şey değişti. Artık duygularımı hissedebiliyorum! Daha da önemlisi, iki oğlumun sevgisini hissedebiliyorum! Sevgiyi tam anlamıyla deneyimlemek için arınmaya devam edeceğim.
>
> - REHAMM., ÖNTARIO, CANADA

Kendinize daha fazla sevgi hissetmeye başlamanın bir yolu, sizi rahatsız eden şeyleri kişileştirmektir. Örneğin, baş parmağınızda artrit varsa ve zonkluyor ve ağrıyorsa, başparmağınızı ağlayan ve şefkate ihtiyaç duyan masum küçük bir çocuk olarak düşünün. Üç yaşında canı yanan bir çocukla nasıl konuşursunuz? Onu sevin, ona nazik şeyler söyleyin, hatta bunca yıldır yaptığı harika işler için ona teşekkür edin. Acı çektiği için üzgün olduğunuzu ve yardım etmek için burada olduğunuzu bildirin. Bu ilk başta garip gelebilir, ancak eğer bu zihinsel görüntü hayatınızda acı veren ne varsa ona karşı sevgi yaratmanıza yardımcı oluyorsa, o zaman bu çabaya değer. Bunun karşılığını alacağız.

İşe yaramayan bir şeye sevgi duymanın bir başka yolu da onu bir hediye olarak görmektir. Acı, eğer tedavi edilmezse daha sonra çok daha kötü bir şeye yol açabilecek bir dengesizliği fark etmeniz ve tanımlamanız için tek fırsat olabilir.

şimdi ile. Havada sallanan ve şunu söyleyen mecazi bir el: “Buraya! Senin için bazı önemli bilgilerim var. Bana odaklan ki seni bu yolda ele almamız gereken bir şeye yönlendirebileyim. İzin ver seni oraya götüreyim ki düzeltebilesin.” Rahatsızlığın size gösterebileceği şeyler için takdir etmek, onu sevmenin ilk adımıdır. Bir kez onu takdir ettiğinizde, onu sevmeyi seçin; bu sevgi bir güven titreşimi yaratacak ve sorunun temeline inme yeteneği yaratacaktır.

Dr. Wayne Dyer'dan alıntı yapmak gerekirse:

> *Cennette ve yeryüzünde saf, koşulsuz sevgiden daha büyük bir güç yoktur. Maddi dünyaya neden olan ve hem ruhsal hem de fiziksel düzlemin merkezi olan, her şeydeki görünmeyen zeka olan Tanrı gücünün doğası, en iyi şekilde saf, koşulsuz sevgi olarak tanımlanır.*

Sevgiyle dolu bir kalbe sahip olmanın harika bir yan etkisi, şüphe ve korkunun sevgi tarafından uzaklaştırılmasıdır. Patmoslu John, "Kusursuz sevgi korkuyu kovar" dedi. Sevgiyle dolu bir kalpte korku ve şüphe bir arada bulunamaz. Dolayısıyla, kendinize veya başkalarına yardım etme ve iyileştirme yeteneğinizden şüphe duyuyorsanız, karışıma daha fazla sevgi ekleyin ve korku ve şüphenin gidişini izleyin! Ek olarak, kendinizi ve başkalarını sevme yeteneğinizin önündeki engelleri bulup kaldırmak için bir Beden Kodu seansı yapmak isteyebilirsiniz.

2. NİYET

Niyet, bir şeyi yapmak için bir amaca veya plana sahip olmak ve bunu yapmak için zihninizi kararlı bir şekilde ayarlamaktır. Niyet enerjisi, beklentinizi belirli bir sonuca odaklayarak yarattığınız titreşim frekansıdır. Bir şey yapma ya da birisine yardım etme niyetinde olduğunuzda, bunun nasıl olacağını her zaman önceden anlayamazsınız. Ancak bu niyeti belirlerseniz ve bunun başarılı olduğunu hissederseniz, Sofia'nın aşağıdaki hikayede bulduğu gibi, bu niyet nihai sonuca yön verecek yakıt olacaktır.

Niyet Çalışır!

Premium üyelere yönelik alerji web seminerini duyduğumda hemen sadece katılmaya değil, seçilmeye de niyet ettim

gönüllü olarak. Bir şekilde Dr. Nelson arzumu duydu ve beni seçti.

En sevdiğim süt ürünlerini, peyniri ve sütü yemek yaklaşık yirmi yıldır bir sorun oldu ve kayısı ve turunçgiller gibi bazı meyvelerden kaçınmanın yanı sıra, bunlardan kaçınmak veya her zaman yerine başka şeyler koymak zorunda kaldım.

Beden Kodunu kullanarak, Dr. Nelson bilinçaltımla en inanılmaz bağlantıları kurdu ve sorunun kökenine işaret edip dengesizlikleri ortadan kaldırmayı başardı.

Birkaç gün sonra kocam ve ben parkta yürüyüş yaparken dondurma kamyonunun sesini duyduk. Bir tepkim olacağı için bana dondurma ikram etmemeyi biliyor. Ve burada bir şeyler değişti. Bana en sevdiğim türü denemek isteyip istemediğimi sordu ve ben de evet dedim. Bakın, onu yedim ve kesinlikle hiçbir şey olmadı. Tepki yok. Dün kayısı yediğimde de aynı şey oldu.

Sertifikalı bir Beden Kuralı uygulayıcısı olmak için öğrenci portfolyomu oluşturuyorum. Seans, yöntem ve yeni yaşam fırsatı için Dr. Nelson'a çok minnettarım.*Namaste!*

- SOFIAben, CALİFORNİYA, senNİTEDSTATES

Birlikte çalıştığınız kişiye karşı sevgi veya şefkat hissetmek ve çabanızın başarılı olacağına dair şükran duymak, kendinizde veya hizmet ettiğiniz kişide değişiklikleri kolaylaştıracak niyet enerjisini üretmek için temel unsurlardır. İlginç bir şekilde, Beden Koduyla başkalarına hizmet ettiğinizde, sonunda daha dengeli hale gelebileceğinizi ve kendiniz için beklemediğiniz iyileştirici etkileri deneyimleyebileceğinizi keşfettim. Bu, hizmetinizin güzel bir bonusu ve yan etkisidir. Bu her zaman gerçekleşmez, ancak gerçekleştiğinde bunun bir şifa aracı olarak ışık ve sevginin içinizden akması nedeniyle olduğuna inanıyorum.

Bu zamanda yaşadığımız için çok şanslıyız çünkü dünya değişiyor. Artan bir kargaşa var ve çoğu baskı altında, ama biz de ışık varlıkları olarak büyüyoruz; biz durgun değiliz. Ya daha fazla ışık topluyoruz ya da ışığımız azalıyor. Sonunda ilahi yardımla göreceğimiz şey daha iyi ve daha büyük bir dünya olacaktır. Bu geçişle birlikte cevapların daha kolay geldiğini, yapma gücünün daha kolay geldiğini fark edebilirsiniz.

iyiye daha kolay ulaşılır ve niyetler daha çabuk ortaya çıkar. Dünyada karanlığın yoğunluğu arttıkça ışığın parlaklığı da artar. Artık mucizeleri dünyanın herhangi bir zamanında olduğundan daha fazla bekleyebiliriz. Unutmayın, inanç ve niyetle ilgili şeylerden biri de ona sahip olmaya devam etmeniz gerektiğidir. Eğer planladığınız şey bugün ulaşmadıysa, yarın geleceğinden emin olun.

Niyetin değişim yaratması nasıl mümkün olabilir? Her şeyin enerji olduğu fikrine dönelim. Bir kişi herhangi bir türde dengesizliğe sahip olduğunda, bu dengesizliğin temelinde ya vücuda eklenmesi gereken bir frekans ya da sadece serbest bırakılması ya da nötralize edilmesi gereken bir frekans bulunur. Açık niyetiniz ve Tanrı'nın size hizmet etmeniz için verdiği güç bunu mümkün kılar.

Gerçekten bu kadar basit. Ancak daha teknik bir cevabı takdir edenler için burada tartışılacak çok şey var. Beden Kodu çalışmasını ister bir kişiyle, ister telefonda, ister kendi başınıza yapıyor olun, niyet enerjiniz, iyileşmeyi yaratan titreşimsel değişiklikleri teşvik eden bir unsurdur.

Beden Yasası'nın dünyanın herhangi bir yerindeki bir kişi tarafından başka bir kişiye acıyı hafifletmek veya sağlığı veya mutluluğu iyileştirmek için uygulanabilmesinin yollarından biri, "dolaşıklık" olarak bilinen kuantum fiziği ilkesinden kaynaklanmaktadır. Albert Einstein, dolanıklığı "uzak mesafedeki ürkütücü eylem" olarak tanımladı çünkü mantıksal düşüncenin aksine, iki enerji parçacığı veya dalgası, Dünya'nın çapından daha büyük mesafelerde bile birleşerek tek bir yerde ve aynı anda iki yerde bulunabilir. Bir an için bunu düşünün. Dolaşma özelliğinden dolayı, bir ebeveyne, çocuğa veya evcil hayvana işten, tatilden veya askerlik görevinden uzaktan yardım etmek mümkündür.

Her ne kadar fiziksel dünyada mesafe büyük bir engel olsa da, enerji dünyasında enerjinin dolaşıklığı, enerji parçacıkları arasında herhangi bir mesafe sınırlaması olmaksızın anında bağlantı ve iletişime izin verir. Bu nedenle, arzu ve niyet yoluyla, iki kişi birbirine karışabilir ve bir kişinin diğeri için vekil olarak hareket etmesine, fiziksel, zihinsel ve duygusal hastalıkların altında yatan nedenler olabilecek enerji dengesizliklerini düzeltmesine izin verebilir. Shoko bunu, babasının acısını dindirmeye yardımcı olmak için vekil olarak hareket ederken yaşadı.

Babasının Acıları

Babam seksen üç yaşında, Asya'da yaşıyor. Amerika'da yaşıyorum. Bir gün telefon konuşmamızda safra kesesinin alındığı bölgede ağrı olduğunu öğrendim. Ağrının, yaklaşık 4 yıl önce gerçekleştirilen ameliyatta doktorların safra kanalındaki taşları çıkaramadığı taşlardan kaynaklanabileceğini söyledi. O zamandan beri her gün ilaç alıyordu.

Ona Beden Kodunu onun üzerinde kullanıp kullanamayacağımı sordum. Beden Yasası'nın tam olarak ne olduğunu anlamamış olabilir ama yine de iznini aldım. Varlıkları, Kalp Duvarı duygularını ve onun Kalp Duvarının kendisini bulup kaldırdım.

Ertesi gün onu aradım. Ona şunu sordum: “Peki nasıl hissediyorsun? Hala ağrın var mı?”

"Hangi acı?" diye cevap verdi. “Eh,
dün çektiğin acı...” “Ah, geçti.
Sihrin işe yaradı."

Güldüm ve Beden Kodunun büyüsünü ve güzelliğini hissettim.

- SHOKOSW, CALİFORNİYA, SENNİTEDSTATES

Enerji doğası gereği parçacık ya da dalga olarak tanımlanır. Çok fazla tekniğe girmeden deniz kıyısındaki kum tanelerini düşünerek bu düşünceyi kolayca anlayabiliriz. Sahilde durup kuma bakan biri eğilebilir, tek bir kum tanesine dokunabilir ve onun diğerlerinden farklı olduğunu anında görebilir. Ancak kıyıya uzaktan bakıldığında tek bir kum tanesini görmekte zorluk çekilebilir, bunun yerine kumun okyanus dalgalarının gel-git hareketinin yarattığı dalga desenleri halinde uzandığı görülür. Dolayısıyla kumu tek bir parçacık veya tek tek parçacıkların olasılıkları dalgası olarak kavrayabiliriz.

Enerji benzerdir. Bu benzetmeyi uygulayalım. Bir anın enerjisi çoğu zaman o anın tüm olasılıklarını temsil eder. Diyelim ki yatakta yatıyorsunuz ve alarmınız çalıyor.

Şunlardan birini yapmayı seçebilirsiniz:

1. Kalkın.

2. Orada uzanın ve birkaç dakika daha uyuyun.
3. Kısa mesajlarınızı kontrol edin.

Bu seçenekler olasılıkların deniz kıyısı gibidir. Diyelim ki kısa mesajlarınızı kontrol etmeye karar verdiniz. Bu seçimi yaptığınızda sanki eğilip kum dalgaları arasından o tek kum tanesini seçmişsiniz gibi olur. Kısa mesajları kontrol etmeyi seçtiğinizde, o an için diğer seçenekleri kaybetmiş olursunuz ve başka seçeneğiniz kalmaz.

Bu, potansiyel seçimlerin tüm potansiyel dalgalarının ortadan kaybolduğu veya tek bir gerçekliğe, yani metin mesajlarını kontrol etme seçiminize dönüştüğü anlamına gelir. Bu sayede insan bilinci, bir seçim yapana kadar tüm olasılıkları değerlendirebilir. İyi haber şu ki, hayatımızın her anı, aralarından seçim yapabileceğimiz başka bir dizi dalgayla birlikte gelir ve böylece kişi biraz daha uyumayı veya kalkmayı seçebilir ve o anda bir kez daha yeni bir gerçeklik yaratabilir. Böylece hayatımızın sonuna kadar çökmüş bir olasılıklar enerji dalgasından tek bir gerçekliğe, diğerine geçiyoruz. Bu seçimler bizim gerçekliğimiz haline gelir ve birlikte ömrün tamamını oluşturur.

Dolanıklık özelliği sayesinde iki niyet birleşerek tek bir niyet oluşturabilir. Seçim ve niyet, olasılıklar dalgasının bir gerçekliğe dönüşmesine neden olabileceğinden, birleşen iki kişi birlikte daha da güçlü bir gerçeklik yaratabilir. Beden Kodunu kullanan gerçek çalışma bu şekilde gerçekleşir. Gerçeği değiştirmek amacıyla niyeti birleştirme eylemi güçlüdür ve enerjinin hareketi hem uygulayıcının hem de danışanın arzularına yanıt verdiği için bireysel iradeleri iki kat büyütür.

Uygulayıcının ve danışanın ortak niyeti ve eylemi, neyin gözlemleneceğine karar verir. Dolayısıyla uygulayıcı danışandaki negatif enerjileri bulup izin alarak uzaklaştırdıkça, o anda yeni bir gerçeklik ve sonuç yaratılır. Beden Kodu, duyguların, travmaların, alerjilerin, yanlış hizalamaların, inançların, toksinlerin ve çok çeşitli spesifik dengesizliklerin negatif enerjilerinin bedenin enerji alanlarından uzaklaştırılmasına izin verir, o anın yeni, daha fazlasını yaratmak için tüm olasılıklarını çökertir. Olumlu ve iyileştirici bir gelecek.

Niyet enerjisi değişim yaratmak için gereklidir. Ancak tek başına yeterli değildir. Beden Kurallarının dayandığı temel, yukarıdan güç aramak ve almaktır.

3. DUA

Her seansa Yüksek Güçten yardım isteyeceğiniz kısa bir dua ile başlamanızı öneririm. Başarıyı bu şekilde buldum.

Dua, kalbinizden tüm yaratılışın kaynağına doğru bir iletişimdir. Sessizce veya yüksek sesle sunulabilir. Bağımsız olarak veya grup halinde sunulabilir. Yardım istemek işe yarar. "Tüm maddenin matrisi" olan zihin, tüm gerçekleri bilir ve düşüncelerinizi yönlendirip zihninizi aydınlatabilir.

Yardım istediğinizde, onu almanız sağlanır. Tam tersi, yardım isteyemeyecek kadar gurur duyduğumuzda ise kendi başımıza kalırız. O zaman bu çalışma, yalnızca insan bilgeliğine dayanan birçok alternatif yöntemden sadece biri haline gelir.

Kızamık

Şifayla ilgili kişisel deneyimim mucizevi bir şekilde yedi yaşımdayken başladı. Yüksek ateş, mide bulantısı ve halsizliğin eşlik ettiği ciddi bir kızamık hastasıydım. Annemle babam, yatak odalarına yakın olabileyim diye üst kattaki oturma odasındaki kanepeye benim için derme çatma bir yatak yapmıştı. Dinlemediğimi düşündüklerinde hakkımda fısıldadıkları konuşmalardan benim için planlarını, ertesi sabah beni hastaneye götüreceklerini, orada 'oksijen çadırı' denilen bir yere koyacaklarını biliyordum. Yedi yaşındaki zihnime bu planın "çadır" kısmı ilginç geliyordu ama gerçekten kamp yapmayı düşünemeyecek kadar hastaydım.

O gece diğer kardeşlerim yattıktan sonra ailem sessizce oturma odasına geldi. Annem babama şöyle dedi: "Bruce, benimle diz çöküp oğlumuzun iyileşmesi için dua eder misin?" Yattığım kanepenin yanında diz çöktüler ve babam benim için dua etmeye başladı.

Babamın kısa, içten isteğinin ortasında aniden vücudumda bir değişiklik olduğunu hissettim. Bu değişiklik başımın üstünden başladı ve yaklaşık bir saniyelik bir sürede vücudumdan ayak tabanlarıma doğru ilerledi. O mucizevi saniye içinde tamamen iyileştim! Babamın duası bitene kadar dilimi tuttum ki bu da çok uzun sürmedi. Bitirdiğinde bağırdım, "Daha iyiyim! Ben daha iyiyim! Cennetteki Baba beni düzeltti!" Annem ve babam ne olduğunun farkında değildi. Cevapları şuydu: "Sorun değil tatlım. Şimdi tekrar uyu.'' Ama bir sonraki

gün gerçekten tamamen iyileştiğimi kanıtladı. Coşkulu bir enerjiyle dolu, yedi yaşındaki halime geri dönmüştüm.

Bu inanılmaz dönüşüm unutulmazdı! Bu deneyim hafızama silinmeyecek şekilde kazındı ve bin yaşına kadar yaşasam da onu unutmayacağım. O akşamın üzerinden elli yıldan fazla zaman geçti ve benim için anılar sanki dün yaşanmış gibi taze. Vardığım kaçınılmaz sonuç, daha yüksek bir Gücün veya ihtiyaç anında yararlanabileceğimiz görünmeyen bir yardım kaynağının olması gerektiği ve duanın bu yardımı sağlamanın bir yolu olduğuydu.

Artık, bir ömür boyu kanıta dayalı uygulamadan sonra duayı şifa sanatından ayırmak benim için imkansız. Elbette insanların duayla ilgili deneyimleri olabildiğince farklıdır. Bazı insanlar Yüksek Bir Güce inanır, bazıları ise inanmaz. Bazılarına ezberlenmiş, ezberlenmiş duaları kullanmaları öğretilirken, diğerlerine sadece yürekten dua etmeleri öğretildi.

Duanın etkisine ilişkin paradigma değiştiren çalışmalar ana akım basın tarafından görmezden geliniyor ancak sonuçlar ortada. Güney Kore'de yapılan bir araştırmada yaşları 26 ile 46 arasında değişen 219 kısır kadına tüp bebek tedavisi uygulandı. Kadınlar iki gruba ayrıldı. Bir grup için Amerika Birleşik Devletleri, Kanada ve Avustralya'daki gönüllüler tarafından dua edildi. Araştırma çalışması hakkında ne kadınlara ne de doktorlarına bilgi verildi. Araştırmacılar ve istatistikçiler, tüm veriler toplanana ve araştırma çalışması bitene kadar kadınların iki ayrı gruba nasıl organize edildiğini bilmiyorlardı. Dolayısıyla randomize, üçlü kör, kontrollü ve ileriye dönük bir çalışmaydı.

Veriler incelendiğinde, dua edilen kadınların tüp bebek işlemlerinde çok daha başarılı oldukları ortaya çıktı. Aslında dua edilen kadınların başarılı bir prosedür geçirme olasılığı kontrol grubundaki kadınlara göre iki kat daha fazlaydı.

İsrail'de yapılan bir başka etkileyici araştırmada, 1990 ile 1996 yılları arasında kan enfeksiyonlarından mustarip hastalar hastanelere kabul edilmişti. 2000 yılının Temmuz ayında gönüllüler, rastgele sayı üreteci tarafından seçilen bu hastaların yarısının iyileşmesi için dua ettiler. Veriler analiz edildiğinde, dua edilen grubun hastanede kalış süresinin önemli ölçüde daha kısa olduğu ve kontrol grubuna göre daha hızlı iyileştiği görüldü.

Bu çalışmayla ilgili büyüleyici olan şey, kendileri için dua edilen hastaların, çalışma yapılmadan dört ila on yıl önce hastalıkları nedeniyle hastaneye kaldırılmış olmalarıdır. Görünüşe göre dua sadece işe yaramıyor, aynı zamanda zamanın ötesine de geçebiliyor! Elbette kuantum fiziği bunun nasıl mümkün olduğunu açıklıyor, çünkü zaman aslında doğrusal olmayan ve bizim için anlaşılması zor olan başka bir boyuttur.

Hekim olduğumdan beri, anında iyileşen pek çok vaka gördüm. Ve otuz yıldan fazla bir süredir dünyanın her yerinden insanlarla, her türlü koşulda çalışarak, bazı önemli ilkeleri öğrendim.

Hastalarım konusunda Yüksek Güç'ten yardım istediğim için O'nun bana yardım edeceğini bekledim ve bu yardımı aldım, ancak O'nun yardımının bize her zaman tahmin edemeyeceğimiz şekillerde geldiğini öğrendim.

Bütün bu yıllar süren uygulamam sırasında, yardım için yaptığım sessiz çağrıya yanıt olarak, hastalarıma daha iyi yardımcı olmak için olaylara nasıl yeni bir açıdan bakabileceğim konusunda bilgi ve anlayışın varlığıma aktığı zamanlar oldu.

Yardım istediğimizde bu genellikle bir düşünce, bir izlenim veya bir fikir şeklinde gelir. Bu cevaplar o kadar incelikli olabilir ki çoğu zaman onları gözden kaçırırız.

Fikrin bize ait olduğunu düşünüp onu reddedebiliriz. Gelen izlenimi ya da hissettiğimiz duyguyu yukarıdan gelen yanıtlar olarak algılayamayabiliriz, öyle olsa bile. Rachael'in aşağıdaki hikayede bulduğu gibi, sorulacak doğru soruyu bile alabiliriz.

Doğru Sorular

Beden Kurallarını kullanarak yakın zamanda elde ettiğim bazı başarıları bazı hamile müşterilerim ile paylaşmak istedim. Bu üç kadın mümkün olan en iyi doğum deneyimlerini yaşamaya fiziksel, zihinsel, duygusal ve ruhsal olarak hazır olmak istiyordu.

Birlikte çalıştığım kadınlardan biri hamileliğinin otuz dokuzuncu haftasındaydı. Haftalardır korkunç kasık ağrısı çekiyordu. Bunu netleştirmek için biraz çalıştık ve ardından güvenli ve sağlıklı bir teslimata yardımcı olacak herhangi bir şey yapılıp yapılamayacağını kontrol etmek için birkaç dakikamızı ayırdık. Ortaya çıkan şeylerden biri aslında doğum yapma fikrine karşı alerjiydi. Bu onun dördüncü doğumuydu. biz temizledik

fikir alerjisi ve altta yatan ilişkiler. O gece doğum yaptı ve bana harika bir deneyim yaşadığını bildirdi.

- şimdiye kadarki en iyi doğumu.

Başka bir müşterimiz ayrıca onu doğuma hazırlamak için Beden Kodu çalışması yapıp yapamayacağımızı sordu. Başladığım soru şuydu: "Doğum yapmak benim için güvenli mi?" Bu onun üçüncü hamileliğiydi. Çaresizlik ve gönül yarası duygularının eşlik ettiği, kendi doğum deneyimine ait bir görüntünün enerjisini serbest bıraktık. Ayrıca çok stresli bir deneyim olan ikinci çocuğunun doğumuyla ilgili bir anıyı da yayınladık. Diğer bazı dengesizlikleri de giderdik. Sonra bebek hakkında soru sormanın beni etkilediğini hissettim: Ele alınması gereken herhangi bir öncelikli dengesizliği var mıydı? Gerçekten de öyle yaptı. Bunları yayınladık ve aynı zamanda “Doğmam güvenli mi?” sorusunu da sorduk. ve altta yatan dengesizlikleri ortadan kaldırdık.

Yukarıdan yardım istemenin ne kadar önemli olduğunu ve sorulacak doğru soruların sıklıkla aklıma geleceğini öğrendim. Bu kadınların üçü de harika doğum deneyimlerinden dolayı çok heyecanlıydı. Bu işin uzaktan yapılabilmesini de seviyorum. Bu oturumların tümü benden çok uzakta yaşayan insanlarla gerçekleşti. Seanslarımızı telefonla tamamlayabildik. Bu yöntemi paylaştığı için Dr. Brad'e ve aynı zamanda bu iyileşme sürecini bu dünyada mümkün kılan sevgi dolu bir Yaratıcı için minnettarım.

- RACHAELH., OKLAHOMA, sennİTEDSTATES

Bazen yardım çağrılarımıza başkaları cevap verir. Bir cevap arıyor olabilirsiniz ve görünüşte ilgisiz bir şey hakkında birisinin sizinle iletişime geçmesini sağlayabilirsiniz, ancak sonuçta cevabı bulmanıza yardımcı olurlar. Hiç istemeden başka birinin dualarına cevap oldunuz mu? Eğer öyleyse, bunun ne kadar iyi hissettirdiğini biliyorsunuz. Daha sonra eşim Jean, ihtiyacı olan genç bir kadına cevap olma deneyimini paylaşıyor.

Yedek Araba

2004 yazında Kaliforniya'dan Utah'a taşınmaya hazırlanıyorduk. Tüm eşyalarımızı taşıyacak bir yarı kamyon planlamıştık.

Eşyalar vardı ve birkaç gün içinde ulaşması gerekiyordu. Taşınmadan önceki pazar günü kilisede oturuyordum. Aniden içimde net bir sesin "Hemen eve git!" dediğini duydum.

Kelimenin tam anlamıyla ayağa fırladım ve ailemin geri kalanı olmadan hemen eve gitmek için ayrıldım. Ne bulacağıma dair hiçbir fikrim yoktu ama hemen eve gitmem gerektiğinden emindim. Acil olduğunu hissettim.

Evimizin yandığını merak ettiğimi hatırlıyorum. Brad'in annesi yıllar önce benzer bir deneyim yaşamıştı. Aniden işten ayrılıp eve gitme isteği duydu. Evini yanarken buldu. İtfaiyeye haber vererek evi yanmaktan kurtardı.

Evimizin önüne geldiğimde genç bir adamın ön kapımızı çaldığını fark ettim. Evimizden uzaklaşıyordu. Onunla garaj yolunda karşılaştım ve şöyle dedim: “Merhaba, burada yaşıyorum. Yardımcı olabilir miyim?" Utanmış görünüyordu. "Şuraya park etmiş arabadaki kadını görüyor musun?" dedi. Sokağın karşı tarafını işaret ediyordu. “Bu benim kız kardeşim. O ve ben bu sabah her yeri dolaştık ve burada durmamız konusunda ısrar etti. Kulağa tuhaf geldiğini biliyorum ama garajınızın önünde duran araba hakkında size soru sormamı istedi.”

Gülümsedim. Arkadaşlarıyla aynı apartman dairesine taşınan kızımız birkaç ay önce araba almıştı. Garaj yolumuzun kenarında duran diğer küçük arabayı artık kullanamayacağı için geride bırakmıştı. Brad ve bana aitti. Birkaç gün önce, taşındığımızda o arabayı Utah'a götürecek bir şoförümüzün olmadığını fark ettim. Buna ihtiyacımız yoktu ve onunla ne yapacağımızı bilmiyorduk. Toplanıp taşınmaya hazırlanmakla o kadar meşguldük ki arabayı satmayı unutmuştuk. Arabamız hakkında soru soran bu adam hoş bir çözüm sunabilecekmiş gibi görünüyordu.

Yaklaşık on sekiz yaşında, küçük, siyah, dört kapılı bir arabaydı. Orada öylece duruyordu, oldukça perişan görünüyordu, kaportanın üstüne düşen yapraklar saçılmıştı.

Ona araba hakkında soru sormanın sorun olmayacağını söyledim ve onu ve kız kardeşini içeri davet ettim. Çok özür dilediler. Sonra hikayesi ortaya çıktı. Evden yeni kaçtığını paylaştı. Kocası fiziksel olarak istismar ediyordu ve o da bunu yapmak zorundaydı.

hayatını kurtarmak için evlilikten çıkmak. Kaçmış ve yardım için bu ağabeyin yanına gitmişti ve o da onu gezdiriyordu. Artık acil ihtiyaçlarını düşünmeye başlamıştı. Kendini geçindirmek için çalışmaya başlamak üzere bir iş bulabilmek için bir araç bulma konusunda çaresizdi. Bize dua ettiğini ve Tanrı'dan bir araba bulmasına yardım etmesini istediğini söyledi. Yaklaşık yirmi mil uzakta yola çıkmışlardı ve sabahın çoğunu arabayla dolaşarak geçirmişler ve sonunda bizim küçük banliyö mahallemize ulaşmışlardı.

"Tanrı'nın tüm ihtiyaçlarımızı bilmesi ve onu yedek arabamıza alabilmesi ne kadar güzel" diye düşündüm. Bu hepimiz için tatlı bir farkındalıktı. Onlara gerçekten rehberlik edilmişti ve ben de "Hemen eve git" yönünde teşvik edilmiştim. Birkaç saniye daha geç gelseydim muhtemelen onları kaçırırdım. İlginç bir şekilde, istismara uğrayan kadınlara yardım etmek için daha fazlasını yapabilmek için sık sık dua ettim. Ben de o gün dinlendim ve kabul edildiğimi hissettim.

Brad ve çocuklar eve vardıklarında durumu açıkladıktan sonra arabamızın ihtiyacı olan bu kadına ait olması konusunda anlaştık. Evden sadece sırtındaki kıyafetlerle kaçmıştı ama arabanın parasını ödememiz için bize 200 dolarlık bir çek verdi. Sahip olduğu tek şey buydu. Arabanın değeri bunu çok aşmış olsa da, biz memnun olmaktan çok daha fazlasıydık.

Başlığı bulup yemeği paylaştıktan sonra yola çıktılar. Bunu düşündük ve onun bizden 200 dolar daha fazlasına ihtiyacı olduğunu biliyorduk, bu yüzden çekini hemen postaya koyduk ve ona geri gönderdik. O ve erkek kardeşi bir mektup yazdılar, çok güzel bir şükran mektubu. Dualarına aldığı cevap sadece onun değil bizim de sorunumuzu çözdü. Gerçekten Tanrı dualara cevap verir!

- JEANNELSON

Bu hikaye yardım isteyebileceğimizi ve onu alabileceğimizi gösteriyor. Yukarıdan yardım istemezsek, yalnızca kendi yeteneklerimize, kendi sezgilerimize ve kendi gücümüze güveniriz. Yardımın yalnızca istenerek elde edilebildiği doğruysa, istemek mantıklı olmaz mı? Sadece kalbinizi olasılığa açın ve deneyin. Gerçekten işe yarıyor!

Peki bu yardımı nasıl istemelisiniz? Sen ne diyorsun? Kelimeler dua ettiğinizde kalbinizdeki his kadar önemli değildir. Mahatma Gandhi'nin dediği gibi: "Dua ederken, kalpsiz sözlere sahip olmaktansa, sözsüz bir kalbe sahip olmak daha iyidir." Sessizce “Lütfen bana yardım edin” demeniz yeterli. Bu basit ve spesifiktir. Sadece samimi olun ve Yaratıcının neyin en iyi olduğunu bildiğine güvenin.

4. MİNNETTARLIK

Minnettarlık, Dünya üzerinde en az kullanılan süper güç olabilir. Minnettar olmanın yararları üzerine yapılan araştırmaları bulmak için çok uzağa bakmanıza gerek kalmayacak. Şükran duymayı seçen kişilerde yalnızlık ve depresyon duyguları azalır, tansiyon düşer ve bağışıklık artar.

Michael Craig Miller, MD şöyle diyor:

> *Minnettarlık güçlü ve tutarlı bir şekilde daha fazla mutlulukla bağlantılıdır. Minnettarlığı ifade etmek, insanların daha olumlu duygular hissetmesine, iyi deneyimlerden keyif almasına, sağlıklarını iyileştirmesine, zorluklarla başa çıkmasına ve güçlü ilişkiler kurmasına yardımcı olur.*

Ancak şükranı Beden Kodunun gücünü harekete geçirmek için temel unsurlardan biri olarak yerleştirmemin nedeni tüm bu harika sonuçlar değil.

Her şey enerjiyse ve öyleyse ve enerjiyi deneyimlerimizi değiştirmek, iyileştirmek, ilişkileri dönüştürmek, engelleri kaldırmak, daha yaratıcı olmak, cesaret kazanmak (her ne ise) için kullanıyorsak, o zaman enerji seviyemizin olabildiğince yüksek olmasına ihtiyacımız var. olabilir.

Dr. David Hawkins'in ünlü "Bilinç Haritası", bilinç durumlarının ve duyguların titreşimlerini 0'dan 1000'e kadar bir ölçekte derecelendirir. En düşük sıradaki duygu 20 ile utanç, en yüksek sıradaki duygu ise 700-1.000 ile aydınlanmadır. Tam ve sürekli şükran duygusunun, Dr. Hawkins'in ölçeğinde sevgi ile neşe arasında olduğuna inanıyorum; gerçekten çok yüksek titreşimli bir durumdur. Amerikalı yazar, koç, konuşmacı ve hayırsever Tony Robbins şöyle dedi: "Minnettar olduğunuzda korku kaybolur ve bolluk ortaya çıkar."

Birlikte çalıştığınız kişiye sevgi duymak ve bu işi yaptığınıza ve işe yaradığına şükran duymak, sizi niyetinizin, tüm negatif enerjilerin olduğu düşük titreşimleri değiştirebileceği bir duruma sokar.

Negatif duygular Hawkins ölçeğine göre 20-175 arasında değişirken sevgi, şükran, huzur ve neşenin tümü 500 veya daha fazla yankılanıyor.

Burada minnettarlığını paylaşan Joan isimli bir uygulayıcının hikayesi var.

Kaşıntılı Kulaklar

Son zamanlarda kulaklarım çok kaşınıyor. Vücudum bunun bir patojenden kaynaklanmadığını öne sürüyordu. Bu yüzden merakımdan cevabı Beden Kodunda bulabilecek miyim diye sordum. Ve cevap evetti! Bilinçaltım, Beden Kodunu kullanarak beni "hafıza alanı" adı verilen bir dengesizliğe, yaşadığım zor şeylerin anılarından, hayatım boyunca yaşadığım benzer anılardan bedenimde hapsolmuş enerjiye götürdü. Bu ipucuyla, doğduğumdan beri benimle olan bir şeyi tespit edebildim ve daha da iyisi, onu en başından beri temizleyebildim. Bu bile yeterince şaşırtıcı değilse kulaklarımın kaşınması anında kesildi!

Beden Kodunu kullanan herkes benim hikayemin bu sistem aracılığıyla gerçekleştirilen belki de milyonlarca değişiklik ve iyileştirmeden yalnızca biri olduğunu bilecektir. Kendi adıma konuşursam, karşılaştığım zorlukların altında yatan nedenleri belirlememe ve bunları ortadan kaldırmama yardımcı olacak Beden Koduna sahip olmasaydım, son derece zorlu bir yaşamdan kurtulduğumu biliyorum. Büyük bir duygusal ve ruhsal gelişimin tadını çıkarmak için özgür oldum. Bunun için hayatıma girdiği için kendimi çok şanslı hissediyorum!

- JOANH., ONTARIO, CANADA

Bir zamanlar bana şunu öğreten bir rüya görmüştüm: Bu işi yapabileceğinize dair inancınız varsa ve bu inancı, bunu gerçekten yaptığınıza dair Tanrı'ya şükranla birleştirirseniz, aradığınız sonuçları göreceksiniz. Denklem şöyle görünür:

Bunu yapabileceğinize olan inancınız

+

Bunu yaptığınız için Tanrı'ya veya Yüksek Güce olan şükranınız

=

Elde etmek istediğiniz sonuçlar

Yapabileceğimize inanmasaydık bir şeye başlar mıydık? Hayır. İnanç yaptığımız her şey için esastır ve gerekli ilk adımdır.

Az önce verilen denklemde "yapmak" kelimesinin önemini ne kadar vurgulasam azdır. Başka bir deyişle, işi gerçekten yaptığınız için Yüksek Güce duyduğunuz şükran önemlidir, çünkü sahip olduğumuz ve olduğumuz her şeyi ve yolumuza çıkan her fırsatı o Yüksek Güce borçluyuz. Ulaşmak istediğiniz bir hedefiniz varsa, bunu zaten başarmış olsaydınız ne kadar minnettar olacağınızı hayal edin. Eğer o başarıyı gerçekleşmeden önce hissederseniz ve olmasını beklerseniz, siz de gerekli çabayı göstermeye istekli olursanız, o da olacaktır.

Zaten sahip olduğunuz şeyler için Tanrı'ya şükran duymayı öğrendikçe, inancınız ve inancınız artacak, çünkü kendinizi her şeyin aktığı o güç kaynağına daha da yaklaştıracaksınız.

Yakında kendinizi bir zamanlar sadece hayal olan şeyi yaparken bulacaksınız.

Şifacı olmak için şüphe düşüncelerine kapılmamalısınız; korkularınızı geride bırakmalısınız. Kalbiniz sevgi ve şükranla dolu olmalı. Bu ilk başta doğal görünmüyorsa, pratik yaptıkça giderek daha kolay hale gelecektir. Dene!

KARANLIK YERİNE IŞIĞI SEÇİN

Mevcut olmanın bu dört yönü tamamen karanlık yerine ışığı seçmekle ilgilidir. Her zaman yıkıcı, bazen de aldatıcı olan karanlığın negatif enerjilerini temizlemek için çalışıyoruz. Hepimiz sürekli olarak negatif ve pozitif enerjilerden etkileniyoruz. Sevmeyi, şükretmeyi, şifaya niyet etmeyi ve tüm ışığın kaynağından yardım istemeyi seçtiğimizde, sonunda dünyanın ışık taşıyıcısı, çevremizdekilerin hizmetçisi oluruz.

Sevgi, niyet, dua ve şükran ışığın gücünü ortaya çıkarır. Sizin için mevcut olan ışığın olduğuna inanın. Hizmet ederken ışığın içinizden aktığına inanın. Kendiniz ve hizmet ettiğiniz kişi için sevgiyle dolmayı seçin. İşe yaradığına şükran duymayı seçin ve her zaman bir mucize bekleyin.

BÖLÜM II

GÖVDE KODUNU KULLANMAK

Konuyla ilgili olarak hepimiz yanıldık. Madde dediğimiz şey, titreşimi duyularla algılanabilecek kadar azaltılmış olan enerjidir. Orada önemi yok.

- ALBERT EİNSTEİN

4

CEVAPLAR ALINIYOR

Öğrenmenin güzel yanı, kimsenin onu elinizden alamamasıdır.

— BB KRAL

Artık Beden Kurallarının dayandığı ilkeleri tartıştığımıza göre, sadece yanıt almak için değil aynı zamanda dengesizlikleri düzeltmek için de yapmanız gerekenlerin daha pratik yönlerine dikkatimizi çevirelim.

Keşfettiğiniz dengesizliğe bağlı olarak Vücut Kodu size ne yapılması gerektiğini açıklayan özel talimatlar sağlayacaktır. Örneğin, beslenme eksikliğinin giderilmesi için belirli bir takviyeye ihtiyaç duyulabilir.

Dehidrasyon muhtemelen deneğin daha fazla su içmesini gerektirecektir. Eğer bilinçaltı bir uçucu yağa ihtiyaç duyulduğunu gösteriyorsa o yağın elde edilmesi gerekecektir. Bir enfeksiyon veya parazit istilası tespit edilirse Vücut Kodu Sistemi, doğal çözümlerden tıbbi müdahaleye kadar her konuda size rehberlik edecektir. Bir toksinin bir çeşit temizliğe ihtiyacı olabilir, vb. Enerjik dengesizlikler, muzdarip olduğumuz en yaygın dengesizlik türüdür ve ben bunun en kolay ve en etkili yolunu buldum.

Enerjisel dengesizliklerin düzeltilmesi ve serbest bırakılması manyetik enerjinin kullanılmasıyla olur.

MIKNATISLAR

Mıknatıslar saf bir enerji kaynağıdır. Doğru şekilde kullanıldığında mıknatıs amacınıza uygun bir yükseltici ve taşıyıcı görevi görebilir. Bu, bir büyütecin arkasında ne varsa görsel olarak büyüterek daha büyük görünmesini sağlamasına benzer.

Güçlü mıknatıslardan, tesisatçınızın size bıraktığı zayıf kartvizit mıknatısına kadar her türlü mıknatısı, hatta vücudunuzun manyetik enerjisini kullanabilirsiniz. Farkında olmayabilirsiniz ama vücudunuz sürekli olarak manyetik enerji yayıyor, yani yanınızda bir mıknatıs yoksa eliniz işini görecektir.

Aşağıdaki hikayede Avelino, yeni yürümeye başlayan bir çocuğun tutsak kalmış duygularını serbest bırakırken, mıknatısın her geçişinde dramatik değişiklikler gördü.

Kabus Kızı

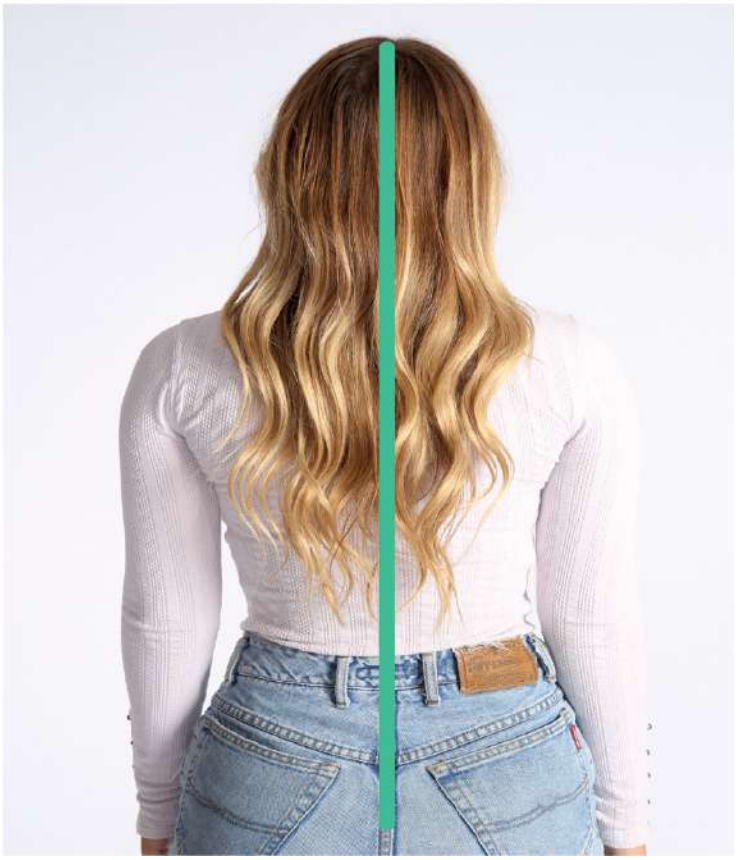
Üç yaşında bir kız hastam olan annesi tarafından bana getirildi çünkü kabuslar görüyordu ve erkeklerden çok korkuyordu. Sözleriyle, “Anne, beni duyguların konusunda sana yardım eden adama götürmeni istiyorum” diye ısrar etmişti. İlk temasta etkileyici olan küçük kızlardan biri ama kendisi değildi. Beden Kodunu kullanarak onun üzerinde çalışmaya başladım ve babasının neden olduğu birçok çocukluk travmasını buldum. İlerledikçe tepkileri inanılmazdı. Mıknatısın her geçişinde tutsak kalmış duygular ve dengesizlikler serbest kalıyordu. Onun bulaşıcı kahkahası odayı doldurdu. İyileşmeyi hissetmeye konsantre olurken daha sakindi. Odadan çok mutlu ayrıldı ve bana sarıldı.

Bir hafta sonra annesi klinikle iletişime geçerek küçük kızının tamamen iyileştiğini bana bildirdi. Kabusları ve korkuları gitmişti. Artık çok mutlu.

- AVELİNOL., FLORİDA, sennİTEDSTATES

NİYETİNİZİ YÖNLENDİRMEK

Çinli doktorlar yaklaşık üç bin yıl önce vücuttaki enerji akışındaki dengeyi yeniden sağlamanın hastalarının sağlığını iyileştirdiğini keşfettiler. Enerjik "nehirlerin" haritasını çıkardılar.*meridyenler,*vücutta akan ve birbirleriyle bağlantı kuran. Akupunktur sistemindeki meridyenleri gösteren bu haritalar aslında bugün akupunktur uzmanlarının kullandığı haritaların aynısıdır.



Enerji, vücudunuzun tüm kısımlarında dengeyi ve işlevi korumak için meridyenlerden akar. Bir meridyen, Beden Kodunu kullanımınız açısından özellikle önemlidir. Yönetici meridyen, meridyenlerin nehir sistemindeki birincil nehir olan bir enerji deposudur. Beden Kodunu kullanırken niyet enerjinizi yönlendirebileceğiniz mükemmel kanaldır. Diğer tüm meridyenlere bağlanır, böylece niyet enerjisi yönetici meridyene verildiğinde doğrudan diğer meridyenlere ve tüm enerji bedeni boyunca akar. Yönetici meridyen kuyruk kemiğinden başlar ve omurgadan yukarıya doğru ilerleyerek başın üzerinden yüzün orta hattına doğru ilerleyerek üst dudağın içinde sona erer.

Enerjisel bir dengesizliği tanımladığınızda ve onu düzeltmeye hazır olduğunuzda, bir mıknatısı yönetici meridyen üzerinde kaydırmak, niyet enerjinizin bedene akmasını sağlar, enerji dengesizliklerini kolayca serbest bırakır veya düzeltir. Yönetici meridyenin herhangi bir bölümünü kullanmak işe yarar. Örneğin, kendiniz üzerinde çalışıyorsanız, bir mıknatısı alnınızın ortasından yukarıya, başınızın üstünden ve ensenizden aşağı doğru geçirmeniz yeterlidir. Başka bir kişi üzerinde çalışırken, mıknatısı kişinin ensesinden sırtına ve beline doğru geçirmek işe yarar.

Enerjisel dengesizliklerin çoğu, bir mıknatısın yönetici meridyen boyunca yalnızca üç kez kaydırılmasını gerektirir, ancak birkaçı, örneğin kalıtsal tutsak duygularda olduğu gibi, on tane gerektirir. Bu prosedürü takip ettiğinizde niyet enerjiniz bedene akar ve negatif enerjinin veya dengesizliğin kalmasına izin vermez.

Ben şahsen enerjik bir dengesizliğin bedeni terk ettiğini kendi gözlerimle hiç görmedim. Bununla birlikte, insanların hissetme biçimindeki iyileşmeler, ağrıların azalması vb. gibi meydana gelen değişiklikler sık görülür ve şüphe götürmezdir. Ara sıra, tutsak kalmış duyguların ve diğer enerjisel dengesizliklerin serbest bırakılması üzerine küre benzeri enerji toplarının bedenden ayrıldığını bildiren kişilerle tanışıyorum.

Tutsak kalmış bir duygu gibi negatif bir enerji serbest bırakıldığında nötralize edilir, pozitif veya nötr bir titreşime dönüştürülür. Bunun nasıl çalıştığını hayal etmekte zorlanıyorsanız, bir kredi kartının arkasındaki manyetik şerit üzerine bir mıknatıs kaydırıldığında ne olacağını düşünün.

bilgilerin silinmesi veya değiştirilmesi, kartın kullanılamaz hale gelmesine neden olur. Benzer bir süreç.

Ancak konuya odaklanılan sevgi ve minnettarlık olduğunda enerji dengesizlikleri daha kolay etkisiz hale getirilir.

Dengesizliği salıvermek veya düzeltmek için niyetinizi kullandığınızda, bir mıknatısı birkaç kez hareket ettirerek veya elinizi yönetici meridyen üzerinde gezdirdiğinizde, serbest bırakılmaya hazır herhangi bir enerji dengesizliği vücuttan temizlenebilir. O yeterlidir. Çok basit ve inanılmaz derecede hızlı.

Şimdi dengesizlikleri bulmanın en kolay yolunu tartışalım.

KAS TESTİ İLE CEVAP ALINMASI

Bilinçaltından bilgi almanın kolay bir yolu kas testidir. Bu aynı zamanda kinestetik test veya basitçe kinesiyoloji olarak da bilinir. Yüksek teknolojili ekipman gerektirmeyen, ancak hayati bilgilerin şifresini çözmek için bilinçaltıyla bağlantı kurmanın güçlü bir yolu olan bir biyolojik geri bildirim biçimidir. Bazı insanlar bunu hiç duymamış olsa da kas testi yeni değil. Doktorlar bunu 1940'lardan beri kas gücünü değerlendirmek ve yaralanmanın boyutunu değerlendirmek de dahil olmak üzere çeşitli amaçlarla kullanıyorlar. Bugün, vücut hareketinin mekaniği konusunda uzmanlaşan doktorlar ve diğerleri, kas testinin doktorların ilk anladığından çok daha fazla uygulamaya sahip olduğunu biliyorlar.

İnsanlar bazen bunun işe yarayıp yaramayacağı konusunda şüpheci davranırlar, ancak sonuçları kendi gözleriyle gördüklerinde, şaşkınlıktan kendilerini alamazlar, tıpkı bu dokuz yaşındaki çocuğun annesinin boğaz ağrısını ve kulak ağrısını hafifletmeye yardım ettiği zaman olduğu gibi. .

Artık bir inanan

Oğlum dokuz yaşında ve şimdiye kadar tanıştığım en büyük şüphecilerden biri! Bir gece oğlum boğaz ağrısı ve kulak ağrısından şikayetçiydi. Başka bir enfeksiyon kapmış olabileceğini düşünerek paniğe kapıldım. Yılda bir kez, bir şekilde inanılmaz derecede hastalanıyor ve haftalarca antibiyotik tedavisi görüyor. Buna acil servise yıllık gezimiz adını vermeye başladım çünkü her yıl aynı saatte olurdu.

Oğlum yatakta doğruldu ve bana kulağının ve boğazının ağrıdığından şikayet etti, ben de ona Beden Kodunu denememin sorun olup olmayacağını sordum. Oğlum, "Elbette anne ama bunun işe yaramayacağını biliyorum" dedi. Enerji iyileştirme çalışmalarıma her zaman biraz şüpheyle yaklaşmıştır. Ben de şöyle yanıt verdim: "Tamam, ama eğer faydası olacaksa, o zaman gerçekten işe yaraması ihtimaline açık olmalısınız." "İyi!" dedi. Yirmi dört saatin var... ve kendimi yüzde doksan daha iyi hissetmem gerekiyor." Güldüm ve "Tamam, anlaştık!" dedim.

Duygu üstüne duyguyu temizlemeye çalıştık. Dürüst olmak gerekirse durup durmayacağından emin değildim... Aslında kas testimi yanlış yaptığımı düşünüyordum. İşimiz bittiğinde kendini biraz daha iyi hissettiğini ancak henüz yüzde 90'ın olmadığını söyledi. Ona biraz uyuması ve sabah nasıl hissettiğine bakması gerektiğini söyledim. Yani yaptı. Ve sabah hiçbir sorun yokmuş gibi merdivenlerden aşağı indi ve hasta olduğundan bahsetmedi bile. Bir gece önce hasta olduğunu tamamen unutmuştu. Ona daha iyi göründüğünü söylediğimde ve henüz inançlı olup olmadığını sorduğumda olduğu yerde durdu ve kendini bu kadar iyi hissettiği için biraz şaşırdı. Şöyle dedi: "Vay canına, anne! İşe yaradı!" Artık hastalandığında benden tutsak kalmış duyguları temizlememi isteyecek. Hatta beni okuldaki hemşire istasyonundan arayacak ve okulda kendini hasta hissederse telefonla onun üzerinde çalışmamı isteyecek. O artık bir inanandır!

- MELISSAKİLOGRAMEORGİA, SENNİTEDSTATES

Kas testi bize vücudumuzun genel sağlığı ve dengesi hakkında bilgi verebilir. Hastalık ve rahatsızlıklar ortaya çıkmadan önce hassas bölgeleri tespit etmemize yardımcı olabilir. Çeşitli fiziksel, duygusal ve zihinsel mücadelelerimizin kökeninde ne olduğunu bulmamıza yardımcı olabilir. Vücuda onu neyin rahatsız ettiğini sormamız için bize doğrudan bir yol sağlar ve sorunu tedavi ettiğimizde, bir değişiklik yapıp yapmadığımızı bize söyleyebilir. Bize vücutta dengesizliklerin olup olmadığını söyleyebilir ve bunların serbest bırakıldığı anı bize bildirebilir.

Bilinçaltı zihin ikili bir bilgisayara benzetilebilir, böylece evet-hayır soruları sorabilir ve bedenden evet-hayır cevapları alabiliriz. Bedenle ilgili hemen hemen her soruya cevap bulmakla kalmıyoruz, aynı zamanda her insanın bilinçaltında bir çeşit liste olduğuna inanıyorum. Bu liste

vücudu yüzde 100 işlevselliğe döndürmek veya buna mümkün olduğunca yakın hale getirmek için yapılması gereken her şeyi içerir.

Kas testi, bilinçaltımızdan yanıtlar almamıza yardımcı olur çünkü vücut, doğruyu ya da yalanı söylediğimizde fiziksel bir tepki verir. Yalan söylediğimizde vücut kasları anında zayıflar. Gerçeği söylediğimizde güçlü kalıyorlar. Öğrenilebilecek birçok kas testi yöntemi vardır. İçinde *Duygu Kodu*kitabında, aşağıdaki birkaç yöntemden daha fazlasını açıklıyorum, ancak bunlar başlamanız için yeterli olacaktır.

KENDİ KENDİNİ TEST ETME

Burada sunduğumuz çeşitli kendi kendine kas testi yöntemleri, kendiniz üzerinde çalışmak ve kendi vücudunuzdan yanıtlar almak için kullanılabilir veya başka bir kişinin ayakta dururken neye ihtiyaç duyduğu hakkında yanıtlar almanın bir yolu olarak kullanılabilir. onlar için vekil veya vekil olarak.

En kolay kendi kendini test etme yöntemine sallanma testi denir. Doğruluk, pozitiflik ya da uyum düşünceleri taşıdığınızda bedeniniz öne doğru sallanarak tepki verecektir. Olumsuzluk, yalan veya tutarsızlık düşünceleri taşıdığınızda bedeniniz geriye doğru sallanacaktır. Bu işe yarar çünkü insan vücudu da diğerleri gibi bir organizmadır. Ne kadar ilkel olursa olsun tüm organizmalar olumlu ya da olumsuz uyaranlara tepki verir. Örneğin bitkiler güneş ışığına doğru büyür ve karanlıktan uzaklaşır. Akvaryumdaki balık temiz suya doğru hareket edecek ve kirlilik kaynağından uzaklaşacaktır.

Bilinçaltı düzeyde insan vücudu da farklı değildir. Vücudunuz normalde olumlu şeylere veya düşüncelere yönelecek, olumsuz fikirler ise itilecektir. Bu, siz farkında bile olmadan, tüm hayatınız boyunca devam etti.

SALLANMA TESTİ

Sallanma testini gerçekleştirmek için çok rahat bir şekilde ayakta durmanız yeterlidir. Testi etkileme ihtimaline karşı müzik veya televizyonu kapatmak iyi bir fikirdir. Kollarınızı yanlarınıza bırakın ve tamamen rahatlayın. Orada dururken fark edeceğiniz ilk şey, her zaman bir miktar hareketin olduğudur. Vücudunuz biraz öne, biraz geriye eğilebilir ya da biraz yana, sağa veya sola eğilebilir. Bu hafif hareketler, duruş kaslarınızın vücudunuzu dik tutmak için sürekli çalışması sırasında meydana gelen salınımlardır.

Bakalım bazı belirli düşünceleri aklınızda tuttuğunuzda ileri veya geri sallandığınızı fark edeceksiniz.

Çok olumsuz bir şeyle başlayalım. Bir an için “savaş” sözcüğünü düşünün. Orada çok rahat bir şekilde dururken bu düşünceyi aklınızda tutun. Ölen tüm insanları, parçalanan tüm aileleri, tüm trajediyi, sakatlanan ve sakatlanan tüm insanları ve kaybedilen tüm mal ve canları düşünün. Başlangıçtan bu yana bu dünyada yaşanan tüm acıları ve ıstırapları düşünün. Bu düşünceleri aklınızda tutmaya devam ederseniz, on saniye veya daha kısa bir süre içinde vücudunuzun geriye doğru sallanmaya başladığını, sizi savaş fikrinin katıksız olumsuzluğundan uzaklaştırmaya çalıştığını fark edeceksiniz.

Şimdi başka bir düşünceyi deneyelim. Koşulsuz sevgi duygusunu düşünün. Koşulsuz bir sevgi varlığı olduğunuzu, kalbinizdeki sevgi duygusunun kalbinizin taşıyamayacağı kadar büyük olduğunu, tüm insanlara ve tüm yaratılmışlara duyulan sevgi duygusunun çekirdeğinizden yayılıp evreni doldurduğunu hayal edin. Karşılığında başkaları tarafından koşulsuz olarak sevilmenin ve kabul edilmenin nasıl bir şey olacağını düşünün. Koşulsuz sevgi düşüncesini zihninizde tuttuğunuzda, on saniye veya daha kısa bir süre içinde vücudunuzun ileriye doğru sallandığını, sizi o potansiyel geleceğin pozitifliğine ve güzelliğine doğru hareket ettirdiğini göreceksiniz.

Sallanma testi vücuda sormak istediğiniz sorulardan herhangi biri için kullanılabilir. Bu kullanışlı bir test yöntemidir ve hemen hemen herkes için işe yarar. Oldukça basittir ve genellikle fazla pratik gerektirmez. Ve çoğu şey gibi, ne kadar çok yaparsanız o kadar iyi sonuç verir.

Sallanma testinden daha hızlı olan başka kendi kendine test yöntemleri de vardır. Bu diğer yöntemlerin kullanımı uygundur, ancak ustalaşmak biraz pratik gerektirir.

BİR ARADA DELİK YÖNTEMİ

Hole-in-One yöntemini gerçekleştirmek için başparmağınız ve işaret parmağınızla resimdeki gibi bir yüzük yapmanız yeterlidir. Daha sonra diğer elinizin başparmağını ve ilk iki parmağını halkaya sokun. Kas testi yaparken diğer başparmağınızı ve iki parmağınızı birbirinden ayırarak halkayı açmaya çalışın. Evet veya uyumlu bir ifade için halkanın kapalı kalması gerekir. Hayır veya tutarsız bir ifade için halka açılmalıdır çünkü kas geçici olarak biraz zayıflayacaktır. İsterseniz bu testi gerçekleştirmek için diğer parmaklarınızı da kullanabilirsiniz.

HALKA İÇİNDE HALKA YÖNTEMİ

Ring-in-Ring yöntemi için bir elinizi başparmağınız ve işaret parmağınızla yüzük yapmak için kullanın. Daha sonra diğer elinizle başka bir yüzük yapın, iki tane yapın.

bir zincirdeki bağlantılar. Test etmek için açıklamanızı yapın veya bir soru sorun, ardından halkaları ayırmaya çalışın. Evet cevapları için veya doğruluk, uygunluk veya pozitiflik ifadelerine yanıt olarak halka (veya her iki halka) kapalı kalmalıdır. Cevap vermemeniz veya doğru olmayan bir beyanda bulunmanız durumunda halkalar zayıflayacak ve ellerinizi kolayca ayırabileceksiniz.

DİRSEK TESTİ

Dirsek testini gerçekleştirmek için her iki dirseğinizi ön kolunuz yere paralel olacak şekilde yanınıza getirin. Diğer elinizdeki iki parmağınızı kullanın ve bunları kolun üst kısmına, bilek kemiğinin hemen üstüne yerleştirin. Daha sonra basitçe aşağıya basın. Evet cevaplarında ön kolunuz yere paralel kalacak ve hayır cevaplarında kolunuz zayıflayıp düşecek.

Bu yöntemle ilgili dikkat etmeniz gereken birkaç şey var:

- Dirsek testinin bir başka çeşidi de kolunuzu yaklaşık 45 derece kadar daha keskin bir açıyla bükmektir.
- Bu testte kullanılan direnç kuvvetinin miktarı sadece önkolun yere paralel tutulması için gereken kas kuvvetinin miktarıdır, daha fazlası değil. Yöntemlerin tamamında kullanılan direnç miktarı minimum düzeyde olmalıdır. Siz sadece küçük bir değişikliği fark etmeye çalışıyorsunuz, gücünüzü kanıtlamaya çalışmıyorsunuz.

SARKAÇ

Sarkaçlar, özellikle kas testi yeteneklerinden şüphe edenler için inanılmaz derecede faydalı araçlar olabilir. Sarkaçlar ve diğer maden arama cihazları, var olan en hassas tespit aracı olan insan vücudunda meydana gelen kas ve sinir sistemi değişikliklerini basitçe güçlendirir.

Sarkaç kullanmaya karar verirseniz, elinizde iyi hissettiren birini seçmenizi öneririm. İpi veya zinciri parmaklarınız aşağı bakacak şekilde tutun. Herhangi bir küçük ağırlık veya zincire takılan kolye sarkaç olarak kullanılabilir, ancak bu beceriyi öğrenmek istiyorsanız gerçek bir sarkaç satın almanızı öneririm. Sarkaç kullanırken niyet önemlidir. Sarkacın kendisinin bilgi kaynağı olmadığını unutmamak önemlidir. Cevaplar bilinçaltından gelir. Sarkaç, bir soru sorduğunuz zaman vücudunuzun vereceği tepkiyi gösteren bir araçtır.

AŞAMA 1.

Rahat ve rahat olduğunuzdan emin olun.

ADIM 2.

Zinciri hem zincirin hem de kolyenin birbirine temas etmeyeceği şekilde tutun. Zinciri veya ipi başparmağınız ve işaret parmağınız arasında kavrayın. Parmak uçlarınız ile sarkaç arasında asılı duran zincirin ideal uzunluğu avucunuzun genişliği kadar olmalıdır.

AŞAMA 3.

Üst kolunuzu vücudunuza destekleyin, ancak elinizi desteklemeyin. Tamamen hareketsiz kalmak imkansız olacak ve bu iyi bir şey.

ADIM 4.

Biraz momentum yaratmak için sarkacınızı vücudunuzun önündeki çapraz bir çizgide çok yavaşça ileri geri sallayın. Bu sizin tarafsızlığınızdır, ne evet ne hayır.

ADIM 5.

Çoğu insan için evet, genellikle ya saat yönünde dairesel bir harekettir ya da sarkacın ileri-geri hareketidir; kafa sallamayla eşanlamlıdır. Hayır genellikle saat yönünün tersine veya yan yana bir harekettir ve hayır anlamında kafa sallamakla eş anlamlıdır.

ADIM 6.

Nötr olan çapraz olarak hareket eden sarkacı tutarken odaklanın ve "evet" deyin. Sarkacın birkaç saniye içinde gerçekleşmesi gereken hareketindeki değişimi gözlemleyin. Bu sizin evet cevabınızdır. Nötr duruma dönün ve evet cevabınız netleşene kadar bunu birkaç kez deneyin.

ADIM 7.

Nötr duruma geri dönün ve hafif çapraz sallanma hareketine dönün.

ADIM 8.

Hayır cevabı, evet cevabınızın tam tersi olmalıdır. Yani eğer evet'iniz saat yönünde bir hareketse, hayır'ınız saat yönünün tersine olacaktır. "Hayır" deyin ve evet cevabınızın tam tersi olmasını bekleyerek hareketin neye benzediğini görün. Cevabınızı aldıktan sonra nötr duruma dönün ve her seferinde cevap netleşene kadar bunu birkaç kez tekrarlayın.

ADIM 9.

Şimdi evet ve hayır yanıtlarınızı test etmek için farklı doğru ifadeler ve yanlış ifadeler kullanmayı deneyin. Açık ve tutarlı cevaplara sahip olduğunuzda, bilinçaltınızdan cevaplar almak için sarkacınızı kullanmaya başlayabilirsiniz.

HER ZAMAN İZİN İSTEYİN

Başkalarının üzerinde çalışmadan önce onlardan izin almak kritik öneme sahiptir, çünkü onların bilgisi veya izni olmadan veya onların istekleri dışında bunlar üzerinde çalışmak gerçek bir mahremiyet ihlalidir ve etik değildir. Yapmadan önce daima ne yapacağınızı açıklayın. Test etmek için başkalarının kollarına baskı yapacaksanız, işlemi önceden açıklayın ve izinlerini alın.

Başkalarının haberi olmadan kendi kendini test etme, vekil testi veya vekil testi yoluyla test etmek teknik olarak mümkündür ve bu yanlıştır. Sadece bu da değil, onların iznine sahip olmadığınız için iyi bir bağlantı kurmanız zorlaşabilir ve yanlış yanıtlar alabilirsiniz. Bu yüzden meraklı olsanız bile bunu yapmayın ve sorulursa başkalarına bunun ilkelerinize veya ahlakınıza aykırı olduğunu söyleyin.

Her zaman test edeceğiniz kişiden izin isteyin ve o kişinin isteklerine daima saygı gösterin. Ebeveynlerinin veya vasilerinin izni olmadan asla reşit olmayanlar üzerinde test yapmayın veya onlar üzerinde çalışmayın. Eğer yetişkin bir çocuğunuzsa, çocuğunuz olsa bile izin almanız gerekir. Komada veya bilinci yerinde olmayan biri üzerinde çalışacaksanız izin almanız gerekir.

yakınlarından edinilmiştir. Evcil hayvanlar veya evcil hayvanlar söz konusu olduğunda sahibinden izin almanız gerekir.

Bir insanın bilinçaltından izin almanın yeterli olup olmadığı bana defalarca soruldu. Bu yeterli değil. İnsanlar, çocukları veya hayvanları üzerinde çalışmadan önce daima sözlü veya yazılı izin alın. Yalnızca bilinçaltından izin istemek etik değildir ve bilinçli bir izin olmadığı sürece yapılmamalıdır.

DİRENÇ VS. BASINÇ

Beyniniz bir kasın ne kadar güçlü ya da zayıf olduğunu ya da ne kadar dayanıklı olduğunu kontrol eder. Daha fazla veya daha az direnç kullanarak test yöntemlerinden herhangi birini deneyin. Çoğu insanın, özellikle de kendi kendine test yaparken yaptığı yaygın hatalardan biri, çok fazla güç ve direnç kullanmaktır.

Basıncı hafif tutun ve yalnızca kesinlikle ihtiyacınız olduğu kadar direnin. Unutmayın, ne kadar çok direnirseniz, bu direncin üstesinden gelmek için o kadar çok baskı yapmak zorunda kalırsınız, yani gerçekten kendinize karşı çalışıyorsunuz. Ayrıca çok fazla güç kullanmanız durumunda muhtemelen er ya da geç rahatsızlık hissedeceksiniz. Soru sorduğunuzda kas gücünde meydana gelen ince değişiklikleri yakalamak için gereken tek şeyin mevcut gücün yaklaşık yüzde 1'i veya daha azını kullanmak olduğunu buldum. Çok hafif direnç kullanarak ne kadar çok pratik yaparsanız, kas testinin bir güç yarışması olmadığını o kadar çok göreceksiniz. Özellikle kendi kendini test etmek pratik gerektirir, ancak kesinlikle ustalaşmaya değer. Ve denek ister siz ister başka biri olsun, deneğin test edilebilir olduğundan emin olmak için kendinizi veya başka birini test etmeye her başladığınızda testinizi evet veya hayır testiyle onaylamayı unutmayın.

Herhangi bir kas testi yöntemi acı veriyorsa, bu çok fazla baskı uyguladığınız anlamına gelir. Amaç kendinizi yıpratmak veya kendinize zarar vermek değil, bunu kolaylaştıracak mükemmel güç ve direnç ayarlarınızı bulmaktır.

PARMAKLARINIZA ODAKLANMAYIN!

İnsanların kendi kas testini öğrenirken yaptıkları yaygın bir hata parmaklarına odaklanmaktır. Dakikada kırk kelime yazabilen veya

more parmaklarının ne yaptığını çok fazla düşünmemeleri gerektiğini, aksi takdirde bunun onları yavaşlatacağını ve daha fazla hata yapacaklarını çok iyi biliyor. Her daktilo öğretmeni bu nedenle parmaklarınıza bakmamanızı söyleyecektir.

Kendi kendine kas testi, bir cevap almaya çalışırken parmaklarınıza odaklanmazsanız en iyi sonucu verir. Bunun yerine, soruya veya test ettiğiniz kişiye odaklanın ve tıpkı bir daktilonun bir taslağa bakması ve parmaklarının zaten nasıl yapılacağını bildiği şeyi yapmasına izin vermesi gibi, kas testinin odağınızdan biraz kopuk bir şekilde gerçekleşmesine izin verin. Yapmak.

PRATİK! PRATİK! PRATİK!

Her yöntem herkese uygun değildir. Beğendiğiniz bir veya iki yöntemi bulun ve uzmanlaşana kadar bunları uygulayın. Çoğu kişiye, kendi kendini test etmeyi öğrenmek için yaklaşık iki hafta boyunca günde yaklaşık yüz kez en sevdikleri yöntemi kullanarak pratik yapmalarını öneriyorum. Bu sadece yüz kez evet ve hayır demek ve iki hafta boyunca her gün kas tepkisini test etmek anlamına geliyor. Natalya'nın bir sonraki hikayede bulduğu gibi, bu günde yalnızca birkaç dakikalık pratik olmalı ve çabaya değer.

Kendin Yap

> Doktorlara, reçetelere ve sağlık takviyelerine binlerce dolar harcadıktan sonra farklı bir şey yapmam gerektiğini biliyordum. Bir Beden Kodu uygulayıcısı tarafından üzerinde çalıştıktan sonra, bu yöntemi kendime ve aileme uygulayarak ne kadar tasarruf edebileceğimi fark ettim. Discover Healing'in çevrimiçi kas testi yöntemini buldum ve hemen kendi kendimi test etmeye başladım. Kendi vücut mesajlarımı okumaya alışmam ve parmaklarımı eğitmem birkaç günümü aldı (çoğunlukla Ring-in-Ring yöntemini kullanıyorum). Ve işe yarıyor ve her zaman çalışıyor!!!
>
> - NATALYAB., R.ABD

KAS TESTİ DİĞERLERİ

Başka birinin vücudunda neler olup bittiğini öğrenmenin bir yolu, kişinin kas gücünü kullanarak doğrudan kas testi yapmaktır.

Bu test yöntemini kullanmadan önce, kas testi yapmak istediğiniz kişilere her iki omuzda da ağrı olup olmadığını sorun. Eğer öyleyse, durumlarını kötüleştirebileceği için ağrıyan kolu kullanmayın. Her iki omuzda da sorun varsa veya çok genç, çok zayıf veya test edilemeyecek kadar hastaysa, vekil veya vekil testi gibi farklı bir test yöntemi denemelisiniz. Eğer diğer kişi test edilemiyorsa, vekil veya vekil siz olabilirsiniz. Bunlar bu bölümün ilerleyen kısımlarında açıklanacaktır.

AŞAMA 1.

Deneğin ayağa kalkmasını ve bir kolunu yere yatay olarak doğrudan öne doğru uzatmasını isteyin. Kişi sıkı bir yumruk yapmamalı, ancak elin rahat kalmasına izin vermelidir.

ADIM 2.

Elinizin ilk iki parmağını hafifçe diğerinin koluna, bilekteki çıkıntının hemen üstüne yerleştirin. (Resme bakın.)

AŞAMA 3.

Destek için serbest elinizi kişinin karşı omzuna koyun.

ADIM 4.

Deneğe şunu söyleyin: “Size bir açıklama yaptıracağım ve ardından kolunuza nazikçe bastıracağım. Kolunu olduğu yerde tutarak bana direnmeni istiyorum. Kolunu aşağı itmemi engellemeye çalış.”

ADIM 5.

Deneğin adını söylemesini sağlayın. Örneğin öznenin adı Kim ise, "Benim adım Kim" derdi.

ADIM 6.

Kas testini, deneğin kolundaki basıncı aşağı doğru düzgün ve istikrarlı bir şekilde artırarak, basınçsız durumdan hafif ama sert bir basınca yaklaşık olarak geçerek gerçekleştirin.

üç saniye.

ADIM 7.

Kol, aşağı doğru uyguladığınız sert baskıya karşı "kilitli" kalmalı ve gevşememelidir.

ADIM 8.

Şimdi testi tekrarlayın, ancak deneğin yanlış bir isim kullanarak açıkça yanlış olan bir ifade vermesini sağlayın. Hemen kas testini tekrar yapın; az önce yapılan açıklama doğru olmadığından kolun daha zayıf olduğunu fark edeceksiniz. Buna "temel test" diyoruz. Bu, deneğin o anda test edilebilir olup olmadığını görmek için yapılır ve eğer deneğinize doğrudan kas testi yapmayı planlıyorsanız, her zaman bir Beden Kodu seansı yapılmadan önce gerçekleştirilmelidir.

Kas testi sırasında parmakların doğru yerleştirilmesi önemlidir. Herkesin bileğinde ulna kemiğinin bir parçası olan kemikli bir şişlik olduğunu fark edeceksiniz. Fotoğrafta test cihazının iki parmağının konumlandırıldığına dikkat edin*üstünde* bilek (dirseğe doğru), değil*Açık*bilek. Testi yapan kişinin parmakları gösterildiği gibi yerleştirildiğinde, kolun uzun kemiklerine basınç uygulanıyor. Parmaklar doğrudan bilek kemiklerinin üzerine yerleştirilirse uygun bir kas testi yapmak zordur çünkü bilek kemiklerine uygulanan basınç otomatik olarak kol kaslarını zayıflatır ve doğru testi zorlaştırır. Bunun nedeni, beynin bilek kemiklerinin yaralanmasını istememesidir; bu, üzerlerine çok fazla baskı uygulandığında meydana gelebilir. Bu, yaralanmayı önlemek için yerleşik bir koruyucu mekanizmadır. Maksimum kaldıraç için ön kolun uzun kemiklerine mümkün olduğu kadar baskı uygulamak istiyorsunuz, ancak bilek darbesini geçmemek istiyorsunuz.

BAŞKALARINI KİŞİSEL TEST ETMEK İÇİN İPUÇLARI

Başkalarına şahsen kas testi yaparken akılda tutulması gereken birkaç önemli nokta vardır.

- Hiç basınç olmadan başlayarak yaklaşık üç saat boyunca sıkı bir basınca kadar artan, yumuşak bir şekilde artan aşağı doğru bir basınç kullanın.

saniye.

- Zıplamayın, bunun yerine pürüzsüz ve yumuşak olun, kasları karıştırmak yerine baskınıza uyum sağlamasına zaman tanıyın.
- Cevabınızı aldıktan sonra ve kişinin kolunun kilitli kaldığı ya da yumuşak hissettiğini anladığınız anda, kolu bırakmalısınız. Konunuzu yıpratmayın!
- Sizden çok daha güçlü bir kişinin kas testini yapıyorsanız, siz ayakta dururken deneğinizin bir sandalyeye oturmasını sağlayın, böylece mekanik bir avantaja sahip olursunuz.
- Konunuzdan "bana nazikçe direnmesini" isteyin.
- Yalnızca gereken minimum basınç miktarını kullanın. Zorlamayı değil, inceliği düşünün.
- Kas testi cevabı “algılamak” ile ilgilidir.
- Aklını Yeni fikirlere açık tut. Asla cevabın ne olmasını istediğinizi yansıtmamalısınız çünkü bu, sonucu çarpıtabilir.
- Herhangi bir kas testi yöntemi acı verirse durun ve başka bir yöntem
- deneyin. Parmaklarınızı doğru konumda tutun; bilek çıkıntısını geçerek elinize doğru gitmeyin.
- Sizin ve üzerinde çalıştığınız kişi için neyin en iyi olduğunu görmek için çeşitli kol pozisyonlarını deneyebilirsiniz. Diğer bazı seçenekler ise deneğin kolunu düz öne doğru tutmak yerine yana doğru tutması veya dirseği 90 derecelik açıyla bükülü, ön kolu yere paralel olacak şekilde tutmasıdır (dirsek testinde tartışıldığı gibi). yöntem).

Meslekte çalıştığım yıllar boyunca ara sıra hamile bir kadının bana gelip bebeğinin cinsiyetini öğrenmesini sağlardım. Hamileliğin ilk üç ayında cevapların elde edilmesinin zor olduğunu ve belirsiz göründüğünü fark ettim. Ancak ikinci ve üçüncü üç aylık dönemde doğru bir yanıt almak genellikle kolaydı. Aslında, kas testi yoluyla tahminlerimde yaklaşık yüzde 98 oranında doğru çıktım ve bunların en az ultrason kadar doğru olduğunu hissettim. Bu eğlenceli ve eğlenceliydi ve bu basit hizmet için ücret almadım. Ancak sonunda yanlış yanıtlardan kaçınmak için önyargıları ortadan kaldırmanın ne kadar önemli olduğunu öğrendim.

Önyargılı Kas Testi

Meslekte çalıştığım yıllarda bir noktada ikiz oğlanlarımız doğdu ve çocuklarımızın sayısı aniden ikiye katlandı. Üç yaşına geldiklerinde eşim Jean kendini yorgun hissediyordu ve artık çocuk sahibi olmama kararı alıyordu. Bir gün bu düşüncelere dalmışken, birdenbire aklında küçük, sevimli bir kız belirdi ve şöyle dedi: “Ne! Yani beni almayacağını mı söylüyorsun?!” Eşimin yüreği bir anda eridi ve ailemize bir çocuğun daha geleceğini anladı.

Daha sonra hamile kalınca küçük kızımızın yola çıkması bizi heyecanlandırdı. Gelmesini istiyorduk, ona yer açacaktık ve her şey yoluna girecekti.

İlk üç aylık dönem bittiğinde, bu bebeğin kız olup olmadığını görmek için Jean'i periyodik olarak test ediyordum. Her seferinde kas testiyle alınan cevap evetti.

Bebeği evde ebe eşliğinde doğurmaya karar verdik. Ama bebek bir erkekti! "Ne oldu?" diye düşündüm.

Bunları düşünürken neyin yanlış gittiğini fark ettim. Görüyorsunuz, bilinçaltı zihin biraz köpek yavrusu gibidir. Yavru köpekler sizi memnun etmek ister, bilinçaltınız da öyle. Jean ve ben evimize geleceğinden emin olduğumuz küçük kızı istiyorduk. Odasının pembeye boyanması dışında her şeyi yapmıştık. Bu arzuya sahip olduğumuz için her iki bilinçaltımız da doğru cevaba ulaşmamıza engel oldu. Küçük kızımız nihayet geldi, ancak iki oğlan daha doğduktan sonra tam zamanında ortaya çıkmaya karar verdi.

Umarım bu hikayeyi hatırlarsınız. Kas testi, dünyadaki diğer her şey gibi yüzde 100 doğru değildir. Eğer siz ya da muhatabınız cevabın belli bir şekilde ortaya çıkmasını arzuluyorsanız, gerçeklerden sapabilir. Testlerinizde buna dikkat edin ve önyargısız, açık fikirli olun.

VEKİL TESTİ

Karanlık bir odadaki ışık gibi, bir kişinin (veya hayvanın) biyomanyetik alanı yakından güçlüdür ancak uzaklaştıkça sönükleşir. BEN

enerji alanımızın bedenlerimizden her yöne güçlü bir şekilde 1,8 metre kadar uzandığını keşfettik. Bilgi bilinçaltından yüzeye çıktığında, anlık enerji alanımızda ölçülebilen ve kas testiyle gösterilebilen okunabilir değişikliklerle sonuçlanır. Peki ya bir kişi herhangi bir nedenle doğrudan kas testine tabi tutulamazsa? Taşıyıcı testin devreye girdiği yer burasıdır. Taşıyıcı, devreye giren ve bu durumda deneğin bir uzantısı olarak kendisinin kas testine tabi tutulmasına izin veren başka bir kişidir. Taşıyıcı test, bir kişinin veya hayvanın fiziksel olarak mevcut olduğu ancak test edilemediği her durumda cevaptır.

Bir kişinin kendi vücudunda kas testinin geçici olarak yapılamamasının nedenleri arasında şunlar yer alır:

- Yaş: Bir bebeği, küçük bir çocuğu veya yaşlı bir kişiyi kendi kaslarını kullanarak test etmek zor veya imkansız olabilir.
- Yaralanma, hastalık, ağrı, halsizlik, dehidrasyon veya boynun yanlış hizalanması gibi fiziksel sınırlamalar.
- Uykuda olma veya komada olma gibi bilinç kaybı. Zihinsel
- engellilik nedeniyle muhakeme edememe.
- Hayvan olmak.

Taşıyıcı annelik testini kullanabilmek için kişinin vekilin 1,8 metre yakınında olması gerekir. Bir konu herhangi bir nedenle test edilemediğinde, bir vekil kullanarak bilinçaltından yanıtlar alabiliriz. Bu yanıtlara ulaşmak için şu iki yaklaşımdan birini kullanırız:

- Testi yapan kişinin hem vekil hem de testçi olarak hareket ettiği kendi kendine test.
- Üçüncü bir kişinin vekil olarak hareket etmesi.

Her iki durumda da vekilin konuya dokunmasına gerek yoktur. Deneğin bir buçuk metre yakınında olmanın, denekten yanıt alma niyeti net olduğunda, enerji değişiklikleri konusunda güçlü bir okuma almaya yetecek kadar yakın olduğunu bulduk.

Bir bebeği test etmek istediğinizi varsayalım. Test edilebilir olan herkes bebek için taşıyıcı annelik yapabilir. Çocuk söz konusu olduğunda vekil, çocuğun annesi, babası ya da çocuğun yanında rahat olduğu herhangi biri olabilir.

Test edilebilir olan herkes, başka birisinin vekili olarak hareket edebilir. Taşıyıcı testi kas gücünün vazgeçilmez bir uygulaması olarak görmeye başladım.

test yapmak. Konunuzu test ederken tutarsız veya belirsiz bir kas testi yanıtı alıyorsanız, benim tavsiyem, kendi vücudunuzda sorular sorup yanıtlar alarak veya vekil olarak üçüncü bir kişiyi ekleyerek vekil testi kullanmanızdır. Her durumda, sorularınızı yine deneğin bilinçaltına yönlendiriyorsunuz, ancak vekilin (ya kendinizin ya da üçüncü bir kişinin) kas testini yapıyorsunuz. Cevaplar aynı olacaktır. Aslında, vekil testi kullanmanın cevapların daha kolay anlaşılmasına yardımcı olacağını sıklıkla göreceksiniz.

Taşıyıcı Annelik Testi Nasıl Yapılır?

Aşağıda vekil testini kullanmaya yönelik iki prosedür verilmiştir: biri kendi kendini sınamayı kullanmak ve kendinizin vekil olarak hareket etmek için, diğeri ise vekil olarak üçüncü bir kişiyi kullandığınızda.

Kendi kendini sınamayı kullanarak hem testçi hem de vekil olarak hareket ettiğinizde şu adımları izleyin:

AŞAMA 1.

Konunuz için sevgi hissedin, bunun kişiye yardım edeceğine şükran duyun ve ilahi yardım için sessizce dua edin.

ADIM 2.

İyi bir temel test alarak test edilebilir olduğunuzdan emin olun. Bunu daha önce tartışıldığı gibi yapın ve her evet-hayır sorusuna net ve doğru yanıtlar aldığınızdan emin olun.

AŞAMA 3.

Nesnenin altı fit yakınında olduğunuzdan emin olun. Fiziksel olarak dokunmak gerekli değildir ancak istenirse iyidir.

ADIM 4.

Konunun enerjisini okuduğunuzu doğrulamak için deneğin adını söylemesini sağlayın: "Benim adım ____." Kişi konuşamıyorsa, boşluğu isimle doldurarak "Adınız ____" diyebilirsiniz. Daha sonra kendi kendine kas testi yapın; yanıt güçlü olmalıdır.

ADIM 5.

Tekrar kontrol etmek için deneğin yanlış herhangi bir ismi kullanarak "Benim adım ____" diyerek tutarsız bir ifade vermesini sağlayın. Ayrıca konu için "Adınız ____" gibi bir açıklama da yapabilirsiniz. Buradaki yanıtınız doğru olmadığında zayıf veya tutarsız olmalıdır.

ADIM 6.

Cevaplarınız net değilse cevaplar netleşene kadar 4. ve 5. adımları tekrarlayın. Bu noktada Body Code işlemine devam edebilirsiniz.

Üçüncü bir kişiyi vekil olarak kullanırken ve onun vücudu üzerinde test yaparken şu adımları izleyin:

AŞAMA 1.

Konunuz için sevgi hissedin, bunun ona faydası olacağı için şükran duyun ve ilahi yardım için sessizce dua edin.

ADIM 2.

Taşıyıcı annenin test edilebilir olduğundan emin olun. Daha önce tartışıldığı gibi, her evet-hayır sorusuna net bir yanıt aldığınızdan emin olarak, taşıyıcı anne üzerinde iyi bir temel test yapın.

AŞAMA 3.

Vekilin sadece deneğin yakınında, bir buçuk metre yakınında olması gerekiyor. İstenirse el ele tutuşabilirler ama bu şart değildir.

ADIM 4.

Vekil kişinin denekteki enerjik değişiklikleri algılayabildiğini doğrulamak için deneğin kendi adını söylemesini sağlayın: "Benim adım ____" boşluğu deneğin adıyla doldurur. Denek konuşamıyorsa, boşluğu deneğin adıyla doldurarak "Adınız ____" diyebilirsiniz. Daha sonra vekil üzerinde bir kas testi yapın; yanıt güçlü olmalıdır.

ADIM 5.

Daha sonra deneğin herhangi bir sahte isim kullanarak "Benim adım ____" diyerek tutarsız bir açıklama yapmasını sağlayın. Boşluğu yanlış herhangi bir adla doldurarak kişi için "Adınız ____" gibi bir ifade de oluşturabilirsiniz. Taşıyıcının kas testi yanıtı zayıf olmalıdır.

ADIM 6.

Cevaplarınız net değilse cevaplar netleşene kadar 4. ve 5. adımları tekrarlayın. Bu noktada Beden Kodu oturumuna devam edebilirsiniz.

Bu süreçte deneğe sorular soracağınızı veya deneğe uygun ifadeler vermesini sağlayacağınızı ancak kas testinin deneğin değil, vekilin vücudu üzerinde yapılacağını unutmayın.

TAŞIYICI TEST ÇOCUKLAR

Küçük çocuklar genellikle kas testini güvenilir bir şekilde yapamazlar. Taşıyıcı test, onlara yardımcı olmak için ihtiyacınız olan yanıtları almanın basit ve etkili bir yolunu sunar.

Test için bir vekil kullanarak çocuklara yardımcı olabilirsiniz. Beden Kuralları yetişkinler için olduğu gibi çocuklar için de aynı şekilde çalışır. Her çocuk, ne kadar sevgi alırsa alsın ya da ev ortamı ne kadar uygun olursa olsun, tutsak kalmış duygulara ve diğer dengesizliklere sahip olabilir.

TAŞIYICI TEST HAYVANLARI

Hayvanları test ederken, hayvanla her zaman sanki bir insanmış gibi konuşurum. Hayvanlar söylediğimiz sözleri anlamayabilir ama düşüncelerimizin ilettiği niyeti anlarlar. Hayvanların da tıpkı bizim gibi bilinçaltı zihinleri vardır ve onlar için ne yapmaya çalıştığımızı dolaylı olarak anlarlar.

Bir hayvan üzerinde çalışırken sorularınızı hayvana yönlendirin ve yanıtları almak için taşıyıcı anneyi (başka bir kişiyi veya kendinizi) test edin.

Taşıyıcı annelik testi kediler, köpekler, atlar ve her türlü hayvan üzerinde işe yarar. Beden Kodunun hayvanlar üzerinde kullanılmasıyla ilgili o kadar çok dikkate değer hikaye var ki, kitabın sonuna doğru bu konuya bir bölümün tamamını ayırdım.

OLAN İNSANLAR İÇİN TAŞIYICI TESTİ BİLİNÇSİZ

Taşıyıcı test aynı zamanda uykuda, bilinci kapalı veya komada olan birinin test edilmesini de mümkün kılar. Kişi tepki vermese veya sözlü iletişim kuramasa bile bilinçaltı hala iş başındadır; asla uyumaz. Bilinçsiz kişilerin vücut fonksiyonları halen çalışmaktadır. Hala nefes alıyorlar. Kalpleri hala atıyor. Bilinçaltı zihinleri hâlâ çevreye karşı tetiktedir ve işleri yolunda tutmak için çalışmaktadır. Bilinçaltına bir soru sorduğunuzda cevabı bilecektir ancak kişi bilinçsiz ise teste aktif olarak katılamayacaktır. Dolayısıyla bir vekil aracılığıyla test yapmak mükemmel bir çözümdür.

Ancak acil durumlarda, CPR'nin daha uygun bir yanıt olacağı durumlarda kas testi asla kullanılmamalıdır.

Birkaç yıl önce babam büyük bir beyin anevrizması geçirdi ve komaya girdi. Çok endişeliydim ve ona elimden gelen her şekilde yardım etmeye istekliydim. Jean ve ben onu görmek için hastaneye gittiğimizde, etrafını saran tüm tüpler ve teller nedeniyle doğrudan onun üzerinde çalışmak için yeterince yaklaşmanın imkansız olduğunu gördük.

Jean'den babamın vekili olmasını istedim. Komada olmasına rağmen, bilinçaltına hemen ulaşabildik ve hastane personelinin halihazırda yaptığı her şeye ek olarak ona en fazla yardım etmek için ne yapabileceğimize karar verdik. Uyandı ve sonunda ölmeden önce onunla çok değerli bir yıl daha geçirdik. Bu koma halindeyken onun üzerinde çalışabilmek, taşıyıcı annelik testi hediyesine gerçekten minnettar olmamı sağlayan unutulmaz bir deneyimdi.

Vekil testinde soruların deneğe yönelik olduğunu, ancak testin aslında vekil kişi üzerinde yapıldığını unutmayın. Dengesizlikler

vekilin test edilmesiyle bulunur ancak konu üzerinde düzeltmeler yapılır. Ancak şu anda daha iyi bir seçenekse taşıyıcı anne üzerinde de düzeltmeler yapabilirsiniz.

Taşıyıcı annelik testinin en güzel yanlarından biri, aldığınız yanıtların çoğunlukla vekil aracılığıyla güçlendirilecek olmasıdır. Sanki bir vekil kullanılarak denekten gelen sinyal artırılıyormuş gibi, dolayısıyla yanıtlarınız genellikle normalde olduğundan daha net olacaktır. Bir sonraki hikayede Wendy, oğlunun alerjisine yardımcı olmak için taşıyıcı annelik testini kullandı.

Fazla güven

> EC'yi ilk kullanma deneyimim on bir yaşındaki oğlumla oldu. Sonbahar tatili için Colorado'ya tatile gittik ve kedileri olan bir Airbnb'de kaldık. Kedilere karşı çok alerjisi olduğunu tamamen unutmuşum. Duygu Şifresi kitabını okumak için yolculukta yanımda getirmiştim. Onu okuduktan ve kitaptaki tüm harika hikayeleri gördükten ve oğlumun üç gün boyunca kedi alerjisinden dolayı perişan olduğunu gördükten sonra denemeye karar verdim. Gerçekten ne yaptığımı bilmiyordum ama sarkaç konusunda iyiydim. Akış şemasını takip ettim ve kedi alerjilerine özgü altı tutsak duygu buldum. Mıknatısla onları serbest bıraktıktan birkaç dakika sonra yüzünü kaşımayı ve hapşırmayı bıraktı. Şaşırdım! Ona yirmi dakika sonra nasıl hissettiğini sordum ve derin bir iç çekti, ergenlik çağına girmiş bir çocuk gibi gözlerini devirdi ve şöyle dedi: "Anne, sadece düşünüyordum, kolyen (sarkaç) şeyi gerçekten işe yarıyor." Çok eğlenceliydi ve eve gelip kas testi yapmaya ve arkadaşlarım üzerinde pratik yapmaya başladım. Hepsi çeşitli düzeylerde sonuçlar gördü. Bayıldım.
>
> — WSON DAKİKAH., ÜTAH, senNİTEDSTATES

Nesneye fiziksel olarak dokunmanın gerekli olmadığını unutmamak önemlidir. Vekil deneğin 1,8 metre yakınındaysa doğru test yapma konusunda herhangi bir sorun yaşamazsınız. Vücudunuz, evet veya hayır sorularına yanıt olarak deneğin vücudunda meydana gelen enerjik değişiklikleri tespit edecek ve bu değişiklikler, kas testinizde vekil annede güç veya zayıflık olarak görünecektir.

Test edilemeyen bir denekle yalnız çalışıyorsanız ve yakınınızda bir vekil kişi yoksa, kendiniz vekil olarak hareket edebilir ve kendi kendine testi kullanabilirsiniz. Sorularınızı deneğe yönlendirin ve herhangi bir kendini test etme yöntemini kullanarak kendinizi test edin ve ardından deneğin vücudunda veya gerekiyorsa kendi vücudunuzda ortaya çıkan her şeyi serbest bırakın veya düzeltin.

VEKİL TESTİ

Birine başkası adına hareket etme yetkisi verildiğinde, genellikle yetkili kişiden vekil olarak söz ederiz. Vekil, vekil olarak hareket eden kişidir. Proxy testinde, proxy geçici olarak test edilen kişi "haline gelir". Kendilerini gönüllü olarak bir başkasının yerine geçecek konuma getirerek, vekil bir kişi test edilebilir ve sanki o kişiymiş gibi Beden Kuralları üzerinde çalışılabilir.

Proxy testi, test etmek istediğiniz kişi veya hayvan sizden 1,8 metreden daha uzakta olduğunda kullanılır. Diyelim ki birkaç eyalet ötede olan veya gezegenin diğer tarafında yaşayan arkadaşınız üzerinde çalışmak istiyorsunuz. Ne kadar uzakta olursa olsun, proxy testini kullanarak onlarla mükemmel bir enerjik bağlantı kurabilirsiniz. Bu yeteneğin kesinlikle vazgeçilmez olduğunu gördük. Birisini test etmenize ve ne kadar uzakta olursa olsun, o kişinin sahip olduğu dengesizlikleri serbest bırakmanıza veya düzeltmenize olanak tanır. Deneğin fiziksel olarak mevcut olmaması dışında vekil testine benzer. Deneğin yerine geçen kişiye vekil denir ve aslında o kişinin bedeni, deneğe yardım etmek için kendi ihtiyaçlarını geçici olarak bir kenara bırakacaktır. Bağlantı kurulduktan sonra vekil kişi*dır-dir* konu tüm pratik amaçlar için.

Bu görüntü, üç kişiyle yapılan bir proxy testi senaryosunu göstermektedir. Test cihazının ve proxy'nin aynı yerde birlikte çalıştığını, konunun ise başka bir yerde olduğunu unutmayın.

Bu resimde en sağdaki kişi kızım Sara'yı, soldaki ise vekil kızım Lizzy'yi ve testçi eşim Jean'i gösteriyor. Sara'nın Paris'te olduğunu ve soldaki resimde Lizzy ile Jean'in Amerika Birleşik Devletleri'nde olduğunu hayal edin. Sara, Lizzy ve Jean'e telefon ederek baş ağrısı konusunda yardım istedi. Aşağıda Lizzy ve Jean'in baş ağrısına yardımcı olmak için Sara'yla nasıl bağlantı kurabilecekleri anlatılıyor.

BAĞLANTI KURMAK

Denekle bağlantı kurmak için vekillik yapacak kişiden şunu tekrar etmesini isteyin: “Benim adım [deneğin adı].” Bu özel durumda, Sara'nın vekili olarak hareket eden Lizzy, "Benim adım Sara" diyecektir. İlk başta bu muhtemelen zayıf olacaktır çünkü elbette adı Sara değildir. Ancak bu ifadeyi tekrarlamaya devam ederse, enerjik bir bağlantı kurulur kurulmaz, sonunda güçlü bir şekilde test edilecektir. Başka bir deyişle, Sara ile bağlantı kurduğunda "Benim adım Sara" derse güçlü bir test yapacaktır. Eğer bu noktada "Benim adım Lizzy" derse aslında testi zayıf olacaktır. Neden? Çünkü bedeni Sara'nın vekili olarak hareket etme ihtiyaçlarını bir kenara bırakacak ve Jean ona neler olduğunu anlayıp baş ağrısına yardım edebilecek. Bu noktada Jean'in Lizzy hakkında bulduğu her şey aslında Sara'nın yararına olacaktır. Lizzy'nin vücudunda yapılan herhangi bir düzeltme, serbest bırakılan veya düzeltilen her şey, aslında Sara'nın bedeninde düzeltilecek veya serbest bırakılacak. Yani burada Jean aslında Lizzy'nin bedeni aracılığıyla Sara üzerinde çalışıyor. Bu, kuantum dolanıklık ilkesinin mükemmel bir örneğidir ve vekilin vücudundaki özne üzerinde herhangi bir düzeltme yapmanıza olanak tanır.

BAĞLANTIYI KESMEK

İşiniz bittiğinde bağlantıyı kesmeyi her zaman hatırlamak istersiniz. Bağlantıyı kesmek için, güçlü bir test elde edilene kadar proxy'nin kendi adını belirterek "Benim adım ____" demesini sağlayın. Bu özel örnekte Lizzy basitçe "Benim adım Lizzy" derdi. Bir kez daha güçlü bir şekilde test edilene kadar bu ifadeyi tekrarlamaya devam edecekti. Başlangıçta, bunu ilk söylediğinde muhtemelen zayıf çıkacak çünkü hâlâ Sara'nın vekili olarak hareket ediyor. Ancak "Benim adım Lizzy" ifadesini tekrarlamaya devam ederse bağlantı kopacak ve bu ifade güçlü bir şekilde test edilecektir.

Proxy testinde, vekil kişi üzerinde kas testi ve dengesizliklerin serbest bırakılması veya düzeltilmesi yapılsa da, faydayı alan kişi söz konusu olmaktadır. Alison'ın bir sonraki hikayede öğrendiği gibi bu gerçekten çok şaşırtıcı.

Uzaktan Alerjiler

Babam ziyarete geliyordu ve ciddi sinüs problemleri ve ağrıları vardı. Ziyaretinden ya da torunundan pek hoşlanmıyordu. Beden Kodunu bildiğimi ve yardım etmek istediğimi annem ve babamla paylaştım. Vekaleten, onun üzerindeki travmayı, öfkeyi ve alerjileri temizlemeyi başardım. Ertesi sabah uyandığında, onda uzun zamandır görmediğim kadar enerji ve neşe vardı. Dışarı çıkıp şehri görmek istiyordu.

Ayrıca kızımın gıdalarında alerjisi olan kuruyemiş ve yumurta olup olmadığını test etmek için vekaleten kas testini kullanabildim. Harika çalıştı. Zamanla onda bu alerjilere neden olan enerjileri temizlemeyi başardım ve artık hiçbir şeye alerjisi kalmadı. Ben de kendim için aynı şey üzerinde çalışıyorum; On yaşımdan beri yaşadığım badem alerjisinden kurtuldum.

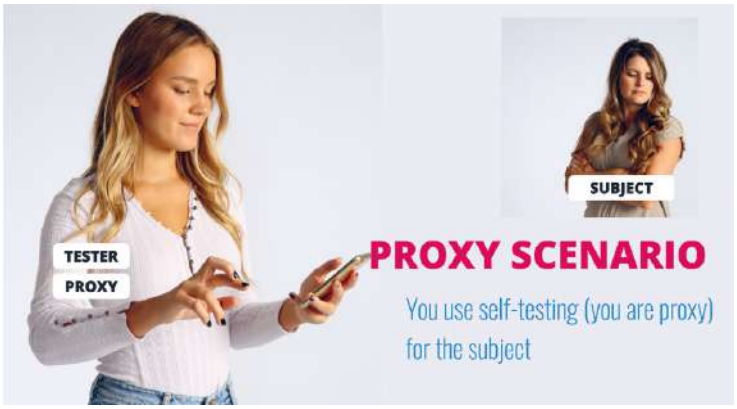
- ALİZONS., BRİTİŞCOLUMBIA, CANADA

YALNIZKEN VEKİL TESTİ

Vekil testinde üçüncü bir kişi olmadan çalışabildiğiniz gibi, kendi kendine testi kullanarak kendiniz de vekil olarak hareket edebilirsiniz, böylece "dahil olabilirsiniz"

başka bir kişi için, ne kadar uzakta olursa olsun, hiçbir sınırlama olmaksızın. Test ettiğiniz, düzelttiğiniz veya serbest bıraktığınız her şey vücudunuza uygulanacaktır, ancak deneğin yararına olacaktır. Her zaman vekil olarak hareket edebilecek başka bir kişi olmayabilir ve eğer kendi vücudunuzda herhangi bir şekilde kendi kendini test ederek yanıt alabiliyorsanız, başka kimseye ihtiyacınız yoktur. Kendiniz hem testçi hem de vekil olarak hareket edebilirsiniz.

Yalnız çalışırken, hem testçi hem de vekil olarak hareket ederken, üzerinde çalışmama izin veren bir konu ile proxy bağlantısı kurma yöntemim şöyle:



AŞAMA 1.

İlahi yardım için sessiz bir dua ederek başlıyorum.

ADIM 2.

Denekle bir bağlantı kurmak için, bu ifade enerjik bir bağlantının kurulduğunu gösteren güçlü bir şekilde test edilene kadar "Benim adım [deneğin adı]" diye tekrarlıyorum. Örneğin, Kim adında bir kişiyle bağlantı kurmaya çalışıyor olsaydım, güçlü bir kas testi elde edene kadar "Benim adım Kim" diye tekrarlardım.

AŞAMA 3.

Bağlantı kurulduğunda, dengesizlikleri bulmak ve bunları kendi üzerimde düzeltmek için Beden Kodunu kullanırdım. Çoğu zaman dengesizlikleri düzeltmek, belirtildiği gibi bir mıknatısı veya elinizi alnınızdan, başınızın üstünden boynunuzun arkasına birkaç kez kaydırmaktan ibarettir.

ADIM 4.

İşim bittiğinde, ifade enerjik bağlantının koptuğunu gösteren güçlü bir şekilde test edilene kadar "Benim adım Brad" diye tekrarlayarak (tabii ki buraya kendi adınızı girerek) bağlantıyı keserdim.

KAS TESTİ İÇİN İPUÇLARI

VEKİL VS. VEKİL

Taşıyıcı testi veya temsili testi kullanmanın temel kuralları aşağıdaki gibidir: Deneğin 1,8 metre yakınındaysanız ve kişi test edilemez durumdaysa, vekil testini kullanın. Eğer kişiden 1,8 metreden daha uzaktaysanız proxy testini kullanın. Bir partnerle veya yalnız çalışırken her iki yöntem de yapılabilir.

DÜŞÜNCELERİNİZİ KONTROL EDİN

Açık düşünceler, doğru yanıtlar almanın anahtarıdır. Basit tutun, ifadeye veya soruya odaklanın ve diğer düşünceleri aklınızdan uzak tutun. Test ettiğiniz kişiye de aynısını yapmasını söyleyin.

Aklınızda olan düşünceler kas testinin sonucunu etkileyebilir, dolayısıyla cevaplarınızı etkileyebilecek beklentilere sahip olmamak önemlidir. Odaklanmak için elinizden geleni yapın.

Dikkat dağıtıcı veya olumsuz düşünceler, aradığınız cevapları geçersiz kılabilir. Test ettiğiniz kişi hakkında olumsuz düşüncelere sahipseniz (bu kişi siz olsanız bile), sorunuzun cevabı evet olsa bile vücudunuz buna göre zayıf bir kas tepkisi vererek tepki verebilir. Kendinize veya test ettiğiniz kişiye karşı sevgi dolu bir kalbe sahip olmaya çalışın ve alacağınız her türlü cevaba açık olun. Unutmayın, “Her şey her şeye neden olabilir!”

CEVABI ALGILAMAK

Tüm duyu organlarımız, bunalmadığı zaman işlerini en iyi şekilde yapabilirler. Örneğin, bir kazağın yumuşaklığını en iyi şekilde parmaklarınızı kumaşların üzerinde gezdirerek anlayabilirsiniz. Elinizi hızlı ve sert bir şekilde kazağın üzerinde gezdirirseniz yumuşaklığı hakkında pek bir fikir sahibi olamayabilirsiniz.

Aynı şekilde kas testi de en iyi şekilde hafif ve hassas bir şekilde yapılır. Bu tamamen fiziksel güçle ilgili değil. Sonunda kas gücündeki hafif bir değişikliği tespit etmeyi öğreneceğiniz şey, kasın "kilitli" olması ile "duygusal" olması arasındaki farktır. Bu değişikliği hissetmeyi öğrenmek, kas testiyle geliştireceğiniz becerinin bir parçasıdır ve kendinizin yanı sıra diğer insanları da test etmek için geçerlidir.

BİR TABAN OLUŞTURUN

Kas testini her kullanmak istediğinizde bir temel oluşturmak çok önemlidir. Kendiniz üzerinde çalışıyorsanız test edilebilir olduğunuzdan emin olmanız gerekir ve kas testini doğrudan başka bir kişi üzerinde kullanıyorsanız, bunların test edilebilir olduğundan emin olmanız gerekir. Bu, uygun direnç ve basınç ayarlarını belirlediğinizden emin olmanıza ve ayrıca başka bir kişinin kaslarını test ederken evet ve hayır yanıtlarının nasıl göründüğünü ve nasıl hissettirdiğini bilmenize yardımcı olacaktır.

TEST EDİLEMEZLİK NEDENLERİ

Bazı kişilerin geçici olarak test edilemez olduğunu görebilirsiniz. Bu durumda, doğru ya da yanlış hangi beyanda bulunursa bulunsun, kolları genellikle güçlü bir şekilde test edilecektir.

Bir kişinin herhangi bir zamanda test edilememesinin birkaç nedeni vardır. Eğer kişi susuz kalmışsa, durup ona bir bardak arıtılmış su içirmeniz ve birkaç dakika sonra tekrar denemeniz gerekir. Testi yapan kişi sizseniz ve susuz kaldıysanız testi yapmakta zorlanabilirsiniz, bu nedenle kendiniz biraz su içmek yardımcı olabilir.

Boyun hizalaması bozuk olan biri üzerinde çalışıyorsanız, bu durum testi de zorlaştıracaktır. Kişinin bir kayropraktik uzmanına görünmesi gerekebilir, ancak aynı zamanda boyundaki yanlış hizalanmış kemiği yeniden hizalamak amacıyla omurgadan aşağıya bir mıknatıs yuvarlamayı da deneyebilirsiniz. Yapısal yanlış hizalamaların altında yatan nedenlerin nasıl bulunacağını ve ortadan kaldırılacağını daha sonraki bir bölümde ayrıntılı olarak açıklayacağım, ancak bu basit yöntem çoğu zaman test edilemeyen bir kişiyi en azından geçici olarak test edilebilir hale getirebilir.

Tutsak kalmış duygular aynı zamanda kişiyi geçici olarak test edilemez hale getirebilir. Birisi üzerinde çalışıyorsanız ve tutsak kalmış bir duygu aniden ortaya çıkıp serbest bırakılmak üzere yüzeye çıkıyorsa, geçici olarak net bir kas testi yapamayabilirsiniz. Bu, kendi kendini test etme yöntemini bilmenin işe yaramasının nedenlerinden sadece bir tanesidir, çünkü test edilemeyen bir kişiyi her zaman vekil veya vekil testi yoluyla test edebilirsiniz.

MIKNATISLARLA İLGİLİ UYARILAR

Hamile olan, eski kalp pili veya tıbbi cihazı olan, mıknatıslara duyarlı olan veya ciddi bir hastalık nedeniyle doktor bakımı altında olan kişilerin üzerinde doğrudan mıknatıs kullanmayın. Bu tanımlardan herhangi birine uyan herkes yine de

Vücut Kodu kullanılarak üzerinde çalışılabilir, ancak bunun yerine elinizdeki manyetik enerjiyi kullanmalısınız veya doğrudan dokunmadan üzerlerinde çalışmak için vekil veya proxy testini kullanabilirsiniz. Bu arada mıknatıslar yaydıkları enerjileri tutmazlar. Onların "temizlenmesine" veya buna benzer bir şeye ihtiyacı yoktur.

BİR HEDİYE!

Kas testi, kendimize ve birbirimize yardım etmemizi sağlayan Tanrı'nın bir armağanıdır. Kazanan loto numaralarını test etmek için veya kiminle evlenmeniz gerektiğini vb. sormak için kullanılmaz. Deneyimlerime göre sağlıkla ilgisi olmayan herhangi bir şeyi sormak muhtemelen işe yaramayacaktır. Mevcut ve geçmişteki dengesizlikler hakkında soru sormak için kas testi çok işe yarıyor, ancak gelecekte bu konuda iyi yanıtlar almak için çok fazla değişkenlik var gibi görünüyor.

BÜYÜK KARARLAR ALMAK İÇİN KAS TESTİ KULLANMAYIN!

Bu konuda bana güvenmen gerekecek. Kas testi, "yaralılara" hizmet ederek ışığı ve gerçeği (şifayı) yeniden sağlamak için Tanrı tarafından verilen bir araçtır. Geleceği tahmin etmek, piyangoyu kazanmak veya büyük kararlar vermek için kullanılmamalıdır. "Hizmet" burada anahtar kelimedir. Bunu yalnızca başkalarına hizmet etmek ve iyileşmelerine yardımcı olmak için kullanın. Neden? Hepimiz bir büyüme ve ilerleme yolculuğundayız. Yüksek Gücümüz, bu hediyeyi belirli bir şekilde kullanılmak üzere bize emanet etti. Eğer aleti kendi amaçlarımız için kullanmak üzere çalarsak, Tanrı'nın güvenini kötüye kullanırız ve ışık ve sevgi içinde büyümek için büyük bir fırsatı kaçırmış oluruz. Deneyimlerime dayanarak kas testinin belirli bir amacı olan bir hediye olduğunu ancak bu amacın sınırlı olduğunu açıkça anladım. Verdiğiniz her kararda kaslarınızı test edebilirsiniz ama bence nevrotiklikten başka bir şey elde edemezsiniz. Vücuttaki dengesizlikleri bulmak ve kendinizin ve başkalarının fiziksel olarak iyi ve başarılı olmalarına ve kalmalarına yardımcı olmak için kas testini kullanın ve bunu böyle bırakın.

Mucizeler kendi yolumuzdan çekildiğimizde ve Yüksek Gücün bizim aracılığımızla çalışmasına izin verdiğimizde gelir.

VAZGEÇMEYİN!

Bazı insanlar bu kendi kendini test etme yöntemlerini kolayca öğreniyor gibi görünse de çoğu insan daha fazla zaman alır ve pratik yapmak zorundadır. Kendi kendini test etme yöntemini bulun

senin için çalışıyor. Bu test yöntemlerinden biri size daha rahat geliyorsa veya daha doğal geliyorsa, bunu her gün uygulayın ve bisiklete binmek gibi, çok geçmeden bu sizin için alışkanlık haline gelecektir.

Kendi kendini sınamayı öğrenmek, Beden Kodunu kullanmak için isteğe bağlıdır, ancak herhangi bir kendi kendini sınama yönteminde ustalaşmak, işleri sizin için daha kolay ve daha verimli hale getirebilir. Kendi kendimi test etme konusunda uzmanlaştığımda avantajlarını hemen gördüm. Artık uzaktaki veya geçici olarak test edilemeyen hastaları test etmeme yardım edecek başka birine ihtiyacım yoktu. Bunları kendi üzerimde test edip daha hızlı ve etkili yanıtlar alabildim. Ayrıca dengesizlik olup olmadığını kontrol edip kendim düzeltebilirim. Shannon H.'nin keşfettiği ve söylediği gibi, vücudunuzun neye ihtiyacı olduğunu bulmak için işe yarıyor: "Gıda ve takviyeler için kendi kas testimi kullanarak muazzam bir başarı elde ettim!"

Eğer azimle devam ederseniz, bu sizin için kolaylaşacak ve size koskoca bir şifa dünyasının kapılarını açacaktır.

Birine gerçekten yardım ettiğinizde hissettiğiniz duygudan daha iyi bir şey yoktur. Ve bu, birisi üzerinde her çalıştığınızda gerçekleşmez, ancak elinizden geldiğince çok insana yardım etmeyi kalbinizde tutarsanız kesinlikle gerçekleşecektir. İlk kez birisi gözlerinizin içine bakıp onlar için yaptıklarınızdan dolayı size gözyaşları içinde teşekkür ettiğinde ne demek istediğimi anlayacaksınız.

Daha fazla yardım için, daha fazla kas testi yöntemine ilişkin eğitim videoları için Discoverhealing.com/muscle-testing adresini ziyaret ettiğinizden emin olun.

SEZGİNİZİ KULLANMAK

Beden Kodunu ya da Duygu Kodunu uzun süre kullanan herkes, sonunda tuhaf bir şeyin farkına varır. Kaçınılmaz olarak, kas testi veya sarkaç kullanarak bir cevap elde etmeden birkaç saniye önce, cevabın zihinlerinde belirdiği durumlar ile karşılaşırlar. Bir şekilde cevabın ne olacağını biliyorlar. Bu onların sezgilerinin onlarla konuşmasıdır ve o sizinle de konuşacaktır.

O küçük iç sezgisel sesi, kas testini kullanmaya hiç ihtiyaç duymayacak kadar geliştiren insanlar tanıyorum. Bunun yerine, yalnızca sezgilerine, cevabın ne olacağına dair içsel bilgilerine güvenirler. Bunun güçlü bir şey olduğunu ve bunun için çabalamak için harika bir şey olduğunu düşünüyorum. İnanıyorum ki

kendi sezgilerinizin o küçük iç sesi, eğer ona dikkat ederseniz, sizi giderek daha fazla gerçeğe yönlendirecektir.

Herhangi bir nedenle kas testini tam olarak anlayamadığınızı düşünüyorsanız pes etmeyin. Denemeye devam. Sezginiz ile denemeler yapın. Bir soru sorduktan sonra bir süre rahatlayın ve dinleyin; cevap aniden aklınızda belirebilir.

Sezgiyi deneyimlemenin farklı yolları vardır. İster sadece hissedin, ister biliyor olun, ister zihninizin gözüyle görün, ister kafanızda ince bir ses duyun, ister bedeninizde bir his hissedin, sezgilerinizin size aradığınız cevabı vermesine izin verebilirsiniz. Benim için aklıma gelen ilk cevap genellikle bilinçaltımdan gelen gerçek cevaptır.

Kendinizi dünyadaki en az sezgisel kişi olarak görseniz bile, sezgi yeteneğine sahipsiniz çünkü bu içinizde yerleşiktir. Bu sezgiyi ne kadar çok kullanırsanız o kadar güçlü hale gelecektir.

Meslekte geçirdiğim yıllar boyunca hastalarımın dengesizliklerini tespit etmenin daha basit, daha hızlı ve daha etkili yollarını bulmaya çalışıyordum. Sonuçta, yaşadığımız tüm dengesizlikleri altı ana alanda organize etmeyi başardım.

Kitabın bir bölümünü bu kategorilerin her birine ayırdım. Her kategorinin altında, bilinçaltının sizi temeldeki dengesizliklere yönlendirmesine ve yönlendirmesine ve ardından bunları nasıl çözeceğiniz ve ele alacağınız konusunda size talimat vermesine olanak tanıyan bir açıklama ve egzersiz bulacaksınız.

Hiç semptomunuz olmadığında bile işe yarar. Herhangi bir semptomu olmayan bir hastayla karşılaştığımda, gelecekte sorunların ortaya çıkmasını önlemeye yardımcı olmak için kişinin dengesizlikleri hâlâ Beden Kodu kullanılarak tespit edilip düzeltilebiliyordu. Bu, sonuçta hastalığa neden olabilecek dengesizlikleri, daha fırsat bulamadan bulup düzeltmek için gerçek bir koruyucu hekimliktir!

Kas testi hakkında daha fazla bilgi almak ve nasıl yapıldığını gösteren videoları izlemek için Discoverhealing.com/muscle-testing adresini ziyaret edin.

5
VÜCUDUN MEKANİĞİ KOD

Şüpheyi ortadan kaldırarak ve sezgisel duygularınıza güvenerek, gerçeklere yer açarsınız.
Niyetin gücü akmaya başlar.

— DR. WAYNE BOYACI

DENGESİZLİĞİ TANIMLAMA VE SERBEST BIRAKMA

Daha önce özetlenen test yöntemlerinden herhangi birini kullanarak bölüm III'teki Gövde Kodu Haritasını kullanabilirsiniz (Burada) dengesizlikleri bulmak için.

Belirtilerin ya da uğraştığımız sorunların altında her zaman başka nedenler bulunduğundan, “Bu belirtinin altında yatan bir neden var mı?” sorusunun yanıtı da ortaya çıkıyor. neredeyse her zaman evet olmalıdır. Cevap hayırsa, yeniden odaklanın, yardım için dua edin ve tekrar deneyin.

Cevap evet olduğunda bilinçaltının size söylediği şey, zihinde bir dengesizlik olduğudur. Başka bir deyişle, Beden Kodundaki binlerce olasılık arasından bilinçaltınız, şimdi çözebileceğiniz veya çözebileceğiniz yalnızca birini seçmiştir.

Bilinçaltının aklında zaten bir dengesizlik olduğundan ve III. bölümün başındaki altı ana dengesizlik kategorisini gösteren Beden Kodu Haritasına bakarken basitçe şunu sorabilirsiniz: "Dengesizlik bu haritanın sol tarafında mı? ” Başka bir deyişle dengesizliğin “Enerji” alanında mı, “Patojenler” alanında mı, yoksa “Devreler ve Sistemler” alanında mı olduğunu soruyorsunuz.

Cevap hayırsa, dengesizlik grafiğin sağ tarafındaki kategorilerden birinde olmalıdır: "Yanlış Hizalama" veya "Toksinler" veya "Beslenme ve Yaşam Tarzı".

Bu noktada bu ilk dengesizliğin soldaki kategorilerden birinde veya sağdaki kategorilerden birinde olduğunu tespit etmiş olmalısınız. Eğer bu noktaya kadar geldiyseniz tebrikler! İlk dengesizliğinizi bulma yolunda iyi bir yoldasınız.

Artık bu dengesizliğin Beden Kodu Haritasının hangi tarafında olduğunu belirlediğinize göre, bir sonraki adım hangi tarafta olduğunu bulmaktır.*kategori*dengesizlik, daha önce tartışıldığı gibi aynı süreci kullanarak ortaya çıkar.

Bu şekilde soru sormak ve bilinçaltından yanıt almak ilk başta zahmetli gibi görünse de pratikle bu süreç ikinci doğamız haline gelir ve oldukça hızlı hale gelir.

Bilinçaltının dengesizlikleri bulmanıza yardım etmek istediğini anlamak önemlidir. Sonuçta, şu anda düzeltmeye çalıştığınız semptom her ne ise onu yaratan şey bu dengesizliklerdir. Doğru dengesizlikleri bulup serbest bırakırsanız belirtiler çözülebilir.

Bilinçaltının aklındaki dengesizliği derinlemesine incelediğinizde, bu dengesizliğe özel adım adım talimatlar bulacaksınız:

- **AÇIKLAMA:**Her dengesizlik, dengesizliğin gerçekte ne olduğunu açıklayan açıklayıcı bir bölüm içerir. Özellikle de bu kadar çok olasılık varken, hakkında çok az şey bildiğiniz dengesizlikler bulmanız muhtemeldir. Neyse ki, açıklama bölümleri dengesizlikleri, bu dengesizliklerden kaynaklanması muhtemel yaygın semptomları ve bunların vücudun diğer kısımlarını nasıl etkilediğini tam olarak açıklamaktadır. Dengesizlikleri tam olarak anlamak için bu kitapta

Translated from English to Turkish - www.onlinedoctranslator.com

örnek olarak kişisel hikayelerimi veya başkalarının referanslarını da bulabilirsiniz.

- **KOD ÇÖZME:**Çoğu durumda dengesizliğin ne olduğunu belirlemek bu adımı gerçekleştirmek için yeterli olacaktır. Ancak bazen daha fazla sorgulamaya ihtiyaç duyulabilir. Bazen bilinçaltı zihin, belirli bir dengesizliğin serbest bırakılmasına izin vermeden önce bilinçli farkındalığa daha fazla bilginin getirilmesini isteyecektir. Ben bu sürece kod çözme adını veriyorum. Örneğin, şu soruyu sormanız istenebilir: "Bu tutsak kalmış duyguyu veya bu patojeni vs. daha fazla tanımlamamız gerekiyor mu?" Cevabınız hayır ise kod çözme adımını tamamladınız ve bir sonraki adıma geçebilirsiniz. Bu sorunun cevabı evet ise keşfettiğiniz dengesizlik hakkında daha fazlasını ortaya çıkarmak için talimatları izleyeceksiniz.

- **DERNEK:**Bu özel dengesizliğin başka bir dengesizlikle ilişkili olup olmadığını (veya başka bir dengesizlikten kaynaklanıp kaynaklanmadığını) burada öğreneceğiz. “Kodunun çözülmesi gereken bir dengesizlik var mı?” diye sorduğunuz zaman evet cevabı alırsanız. o zaman önce ilgili dengesizliği bulup temizleyeceksiniz. Daha sonra orijinal dengesizliğe geri dönecek ve ilişkili başka dengesizliklerin olup olmadığını soracak ve hayır yanıtı alana kadar bunu tekrarlayacaksınız. Örneğin, yanlış hizalanmış bir kemik, genellikle yanlış hizalanmaya neden olan ilişkili bir dengesizliğe, genellikle de tutsak kalmış bir duyguya sahip olacaktır. Bu şekilde temel nedenleri bulup ortadan kaldırabilir, en kısa sürede mümkün olan en iyi sonuçları elde edebiliriz.
- **NİYET:**İlgili tüm dengesizliklerin çözülmesi de dahil olmak üzere bir dengesizliğin kodu çözüldüğünde, serbest bırakılmaya veya düzeltilmeye hazırdır. Bu, dengesizliği düzeltme sürecindeki son adımdır. Çoğu zaman bu adım, dengesizliği düzeltmek amacıyla bir mıknatısı veya elinizi yönetici meridyen üzerinde birkaç kez kaydırmayı içerecektir.

TALİMATLARI KOLAYCA TAKİP EDİN

Beden Kuralları'nın güzel yanı, talimatları güvenle takip edebilmeniz ve bundan sonra ne yapacağınızı asla şaşırmamanızdır.

Beden Kurallarını kullanıp düzeltilmesi gereken şeyler buldukça, sıklıkla şu soruyu sormanız istenecektir: "Bu dengesizlik hakkında daha fazlasını tanımlamaya gerek var mı?" Bu soruyu sormanın önemli olmasının nedeni, bazen bilinçaltının, o dengesizlik hakkında biraz daha fazla bilgiyi bilinçli farkındalığa getirmeden dengesizliğin serbest bırakılmasına izin vermemesidir. Bu sorunun cevabı evet ise bu dengesizliğin ne zaman oluştuğunu belirlemeniz gerekebilir. Başka bir deyişle, bu dengesizliğin ortaya çıktığı anda deneğinizin yaşını belirlemeniz gerekebilir.

Örneğin, kendiniz üzerinde çalışıyorsanız ve belirli bir dengesizliğin daha fazla bilgiye ihtiyaç duyduğunu fark ederseniz, mevcut yaşınızı ikiye bölerek başlayabilirsiniz. Yani kırk yaşındaysanız “Bu yirmi yaşından önce mi oldu?” diye sorabilirsiniz. Cevabınız evet ise “Bu on yaşından önce mi oldu?” diye sorabilirsiniz. ve bu böyle devam eder, ta ki ortaya çıkma yaşına gelene kadar. Çoğu zaman herhangi bir dengesizlik hakkında daha fazla bilgi tanımlamanız gerekiyorsa, yaşı belirlemek yeterli olacaktır.

Bazen daha derine inmeniz ve dengesizliğin ardındaki itici güç olan bir yaralanma, hastalık ya da duygusal olarak yüklü bir olay gibi bir yaşam olayının olup olmadığını öğrenmeniz gerekebilir. Ancak çoğu zaman “Bu enerjiyi daha fazla tanımlamaya gerek var mı?” sorusunun cevabı aranır. hayır olacak.

Bir sonraki sorunun sorulması önemlidir. "Kodunun çözülmesi gereken ilişkili bir dengesizlik var mı?" Bu sorunun cevabı evet ise, ortaya çıkarılması gereken başka bir dengesizlik var demektir; ya mevcut dengesizliğe neden olan ya da mevcut dengesizliğin başka bir şekilde bağlantılı olduğu bir dengesizlik.

Bu ilk başta karmaşık görünebilir ama açıklamama izin verin.

Diyelim ki otoyolda ilerliyorsunuz ve motor kontrol ışığınız yanıyor. Bir araba tamir işine giriyorsunuz ve onlardan bir göz atmalarını istiyorsunuz. On beş dakika sonra tamirci dükkandan çıkıyor ve “Sorunu bulduk. Arabanın yağı tamamen bitmişti. Arabanıza yağ ekledik, o yüzden hazır olun.”

İlk etapta arabanızın yağının neden bittiğini merak ediyor olabilirsiniz. Hafta başında kaldırıma oldukça sert bir şekilde çarptığınızı hatırlıyorsunuz ve bunun bununla bir ilgisi olup olmadığını merak ediyorsunuz. Bunu tamirciye anlatırsınız ve o da başka bir sorun olmadığından emin olmak için tekrar bakmayı kabul eder. Birkaç dakika sonra geri döner ve şöyle der: “Baktığımız iyi oldu.

Kaldırıma çarptığında karterinde bir delik açtın. Karterdeki deliği onarmamız gerekecek, yoksa yağınız yeniden boşalacak."

İlişkili bir dengesizliği aramak, ele alabileceğiniz başka bir şey olup olmadığını görmek için biraz daha derine bakmaktır. İlişkili dengesizlikleri bulmak, düzelttiğiniz her şeyin düzeltilmiş kalmasını sağlamanın bir yoludur.

“Bununla bağlantılı olarak çözülmesi gereken bir dengesizlik var mı?” sorusunun cevabı ise; evet ise, bölüm III'teki Beden Kodu Haritasına geri dönmeniz yeterlidir (Burada) ve bu dengesizliğin hangi kategoride olduğunu sorun. Her şeyin her şeye neden olabileceğini unutmayın, bu nedenle açık fikirli olun.

Cevabınız hayırsa, bir sonraki adıma geçebilir ve enerji dengesizliğinden kurtulabilirsiniz. Tüm bu süreci beş kolay adıma ayırdım.

SÜREÇ

AŞAMA 1.

Şunu sorun: "Bu semptomun altında yatan bir neden var mı?"

Herhangi bir semptom mevcut değilse, şunu sorun: "Bende (veya sizde) şu anda serbest bırakılabilecek bir dengesizlik var mı?"

ADIM 2.

Cevabı almak için kas testi. Diyelim ki bu güçlü bir tepki ya da ileriye doğru bir sallanma, bir evet cevabı.

AŞAMA 3.

Bölüm III'teki Gövde Kodu Haritasının Kullanılması (Burada) referans olarak kas testi yoluyla bilinçaltına dengesizliğin haritada nerede olduğunu soracaksınız.

Şunu sorun: "Dengesizlik bu haritanın sağ tarafında mı?"

Evet yanıtı alırsanız dengesizliğin sağdaki kategorilerden birinde olduğunu biliyorsunuzdur. Hayır yanıtı alırsanız dengesizlik soldaki kategorilerden birindedir. Bir sonraki adım dengesizliğin tam olarak hangi kategoride olduğunu bulmaktır.

Diyelim ki dengesizliğin soldaki kategorilerden birinde olduğunu buldunuz. En baştan başlayın ve “Enerjiler bölümünde dengesizlik mi var?” diye sorun.

Cevabınız evet ise, bu noktada bu kitapta o bölüme döneceksiniz (geçilecek sayfa numarasını tablodaki kategori simgesinin altında bulacaksınız) veya Beden Kodu Sistemi uygulamasını indirdiyseniz enerji düğmesine dokunacaksınız. ana sayfadaki simge. Zayıf bir yanıt alırsanız veya geriye doğru sallanırsanız, bu bir yanıt değildir. Sormaya devam edin: "Dengesizlik ___ kategorisinde mi?" evet cevabı alana kadar.

Bu Beden Kodunun güzel sadeliğidir. Basit sorular sorarak basit cevaplar alabilir ve belirli bir dengesizliğe ulaşana kadar bilinçaltımız tarafından giderek daha derinlere yönlendirilebiliriz. Daha ileri gidemediğinizde dengesizliği bulduğunuzu anlayacaksınız.

ADIM 4.

Bir dengesizlik bulunduğunda ve bununla ilgili başka hiçbir şeyin tanımlanması gerekmediğinde, serbest bırakılmaya hazırdır. Yıkıcıyı serbest bırakmak veya dengelemek için açık bir niyetiniz olacak

enerjileri, ardından niyetinizi nereye yönlendireceğinize ilişkin talimatları izleyerek mıknatıs veya elinizle yönetici meridyen boyunca herhangi bir yere kaydırın.

Unutmayın, yönetici meridyen kuyruk kemiğinden başlar, sırtın ve boynun orta hattından yukarıya doğru başın üst kısmına ve yüzün orta hattından üst dudağın iç kısmına doğru gider. Tüm meridyenin üzerinden bir mıknatıs geçirmenize gerek yok. Çoğu insan kendi üzerinde çalışırken alınlarından başlarının üstüne ve enselerine kadar kaydıracaktır. Başka biri üzerinde çalışıyorsanız, muhtemelen boynunun tabanından beline doğru kaydıracaksınız, ancak bir mıknatısı (veya elinizi) yönetici meridyenin herhangi bir uzunluğuna kaydırmak işe yarayacaktır.

Talimatları dikkatli bir şekilde takip ederek bulduğunuz dengesizliklerin üstesinden gelmek, sorunun mümkün olduğunca köküne inmenize yardımcı olur ve dengesizliklerin tekrarlanmasını önler.

ADIM 5.

Bir dengesizliği serbest bıraktıktan veya düzelttikten sonra, dilerseniz başka bir dengesizliği bulup serbest bırakmak için süreci yeniden başlatabilirsiniz.

Beden Kodunu ne kadar çok uygularsanız, o kadar sezgisel olursunuz. Seanslarınızın en önemli yönü sezgilerinizdir. Ona dikkat edin, gerekli olduğunu düşündüğünüz şeyi yapın; süreçten emin oldukça, önünüze daha fazla fikir gelecektir.

KONU HAZIRLIĞI

Kendinizin ve hedefinizin yeterli sıvıya sahip olduğundan, rahat olduğundan ve onlarla ne yapacağınıza dair temel bir anlayışa sahip olduğunuzdan emin olun. İşte konunuza okuyabileceğiniz basit bir giriş:

> *Beden Kodu, sizin sağlıklı veya başarılı olmanızı engelleyen dengesizlikleri nasıl "çözdüğümüzdür". Vücudunuzun daha dengeli bir duruma dönmesine yardımcı olalım. Yolunuza çıkan dengesizlikleri araştıracağız ve bu dengesizlikleri düzelteceğiz. Beden Kodu, hem fiziksel hem de duygusal sorunların yanı sıra, en iyi benliğiniz olma arzularınız için de işe yarar. Temel, spesifik sorular soracağım ve bunu birlikte yapacağız.*

YARDIM İSTEYİN

Bu çalışmanın etkili ve hayat değiştirici olmasını sağlamak için belki de yapabileceğiniz en önemli şey Tanrı'dan yardım istemektir. Kendi inancınızdan ve inanç sisteminizden yararlanın. İsterseniz bunu özel olarak da yapabilirsiniz. Veya

Konunuzla bir dakikalık sessizlik yaratabilir, her birinizin en rahat hissedeceği şekilde yardım talep edebilirsiniz. Bunu birlikte yaparak, amaç içinde birleşiyor ve enerjinizi kuantum fiziği yasaları aracılığıyla dolaştırıyor, ilahi gücün içinizden akmasına izin veriyorsunuz.

Bunu her konu için, o kişiyle her çalıştığınızda yapmanızı öneririm. Art arda birkaç kişiyle çalışıyor olsanız bile bunu her oturumda yapın. Sonuçta sadece bir dakika sürüyor. Her zaman yukarıdan yardım isteyerek başlıyorum çünkü bana sunulan muazzam güç ve zekadan yararlanmak istiyorum. Ben çalışırken meleklerin benimle olmasını istiyorum, böylece aksi halde özleyebileceğim şeyleri aklıma fısıldayabilirler.

Başka bir kişi üzerinde çalışmanın nasıl bir şey olduğuna dair size daha net bir resim verebilmek için, arkadaşınız Sarah üzerinde, kendinize kas testi yaparak taşıyıcı annelik testi uygulayarak çalışmak üzere olduğunuzu ve onun odanızda sizinle birlikte oturduğunu hayal edelim. Beden Kodunun her mesafeden kullanılabileceğini unutmayın ancak bu örnekte canlı ve yüz yüze nasıl kullanılabileceğini açıklayacağım.

Birbirinizden 1,8 metre uzakta oturduğunuzdan emin olun; sorduğunuz herhangi bir sorunun yanıtı, öznenizin bilinçaltına kendi kendini test etme yoluyla vücudunuzda tezahür edecektir. Kendi kendine test kullanıyorsanız bunu doğrulamanın en kolay yolu deneğinizin adını söylemesidir. Eğer deneğinizin adı Sarah ise, "Benim adım Sarah" demesini sağlayın ve evet yanıtı alıp almadığınızı görmek için kendinize kas testi yapın. Daha sonra Sarah'ya "Benim adım Bob" ya da kendisine ait olmayan başka bir isim söylemesini sağlayın ve kendi kendine testte hayır yanıtı alıp alamayacağınızı görün.

SORUNLARI ÖNCELİKLENDİRİN

Konunuza, oturumda ele alınması gereken belirli bir konu olup olmadığını sorun. Bir deneğin sorunu veya “şikayeti”, fiziksel acıdan duygusal sıkıntıya, değişiklik yapamamaya, hayallerine ulaşma engellerine kadar uğraştığı her türlü kaygıyı ifade etmenin bir yoludur. Kişiniz sırt ağrısı, depresyon, acı veren anılar, sahne korkusu veya başka bir konuda yardım isteyebilir. Kişiden şimdilik bir sorun seçmesini isteyin; hangisi en çok rahatsız ediyorsa onu 0'dan 10'a kadar bir ölçekte derecelendirin; 10 en kötü, 0 ise hiç sorun değil. Bu ölçüm araştırmalarda yaygın olarak kullanılır ve "analog rahatsızlık ölçeği" olarak bilinir.

Diyelim ki arkadaşınız Sarah migren ağrısı çekiyor. Sarah'a şunu sorabilirsiniz: "Sıfırdan ona kadar bir ölçekte, sıfır hiç ağrı olmadığını ve on hayal edebileceğiniz en fazla değeri temsil eder, şu anda ağrıyı nasıl derecelendirirsiniz?" Diyelim ki Sarah şöyle cevap verdi: "Şu anda bunun sekiz olduğunu söyleyebilirim." Mümkün olduğunda bu şekilde bir şikayetin ciddiyetini belirlemek çok faydalıdır çünkü seansınızın kişinin mevcut semptomları üzerindeki etkisini daha kolay görmenizi sağlayacaktır.

Eğer birlikte çalıştığınız kişinin aklına gelen bir sorun yoksa sorun değil. Bilinçaltı bir arama motoru olduğundan, hiçbir belirti olmasa bile dengesizlikleri bulmak için onu kullanabilirsiniz.

Tanımlayabildiği hiçbir fiziksel, zihinsel veya duygusal sorunu olmayan biriyle çalışıyorsanız, basitçe şu soruyu sorabilirsiniz: "Bugün tanımlayabildiğimiz en önemli dengesizlik nedir?" veya "Vücudunuzun daha iyi çalışmasına yardımcı olacak, çözebileceğimiz bir dengesizlik var mı?" Bunun gibi sorular sizi önemli olan ancak en azından şimdilik herhangi bir belirtiye neden olmayan dengesizliklere yönlendirecektir. Bir sonraki hikaye, doğru soruları sormanın ve analog ağrı ölçeğini kullanmanın gücünü gösteriyor.

Donmuş Omuz 10'dan 0'a

Üç yıldır donuk omuz ağrısı çeken bir müşterim vardı. Geleneksel tıbbi tedavileri rahatsız edici enjeksiyonları içeriyordu ve aynı zamanda pek çok farklı bütünsel terapi ve tedaviyi çok az rahatlamayla veya hiç rahatlama olmadan denedi. Benimle iletişime geçtiğinde Beden Kodu seanslarına başladık. 10 en kötüsü olmak üzere 0-10 arası bir ölçekte yoğunluk seviyesinin ne olduğunu sordum. 10++++ olduğunu söyledi.

Seanslarının çoğunda bu rahatsızlığa neden olan şeyin sürekli ortaya çıkması çok ilginçti. Yedi yıllık sevgilisinin kendisini aldattığını öğrenmişti. Kesinlikle yıkılmıştı ve omzunun donmasına neden olan tüm bu korkunç acıyı göstermişti. Seanslarımızdan hemen sonra rahatsızlığında bir azalma hissetmeye başladı ve bu her seansta sürekli olarak 0'a düştü. Ağrı seviyesini 0-10 ölçeğinde takip etmek, ilerlemeyi ölçmemize yardımcı oldu ve üzerinde çalışmaya devam etmek için bizi motive etti. haftalar.

Bugün omzu ağrısız. Bonus olarak, bu konu üzerinde doğrudan çalışmamış olsak da devam eden migren baş ağrıları da ortadan kayboldu. Bu işi yaparken sıklıkla örtüşen faydalar buluyorum. Bazen bir konu üzerinde çalışıyoruz, diğeri hallediliyor. Artık hareket kolaylığı ile spor yapıyor ve son yedi yıldır ağrısız yaşıyor. Bana minnettarlığını tek kelimeyle anlattı..."*inanılmaz.*" Bir uygulayıcı olarak bu teknik beni her zaman şaşırtmaya devam ediyor. Bayıldım!

- CERMENİYAPMAKNTARIO, CANADA

ÖRNEK GÖVDE KODU OTURUMU

Beden Kodunu kullanmak biraz bilinçaltıyla oyun oynamaya benzer. Dengesizliklerin ne olduğunu biliyor ve sizin göreviniz onları bulmak. Sorular sorarak, dengesizlikleri birer birer bulmak için Beden Kodunu kullanırsınız.

Biriyle ilk kez çalışmaya başladığınızda, diğer dengesizlik türlerine geçmeden önce pek çok tutsak kalmış duyguyu salıvermeniz olağandışı bir durum değildir.

Mesela bir keresinde balkondan düşüp belini kıran bir kadınla çalışmıştım. Yıllar geçmesine rağmen doktorlar hala onun acısını gideremedi. Haftalarca semptomlarında herhangi bir azalma olmadan birlikte çalıştık. İyileşmediği için cesareti kırılıyordu. Ancak her seansın bizi başarıya yaklaştırdığını biliyordum. Acısının ve iyileşme eksikliğinin temelindeki düşük dereceli enfeksiyonu keşfetmeden önce, birçok tutsak duyguyu temizlemem gerekiyordu. Bunu hallettiğimizde acısı geçti ama oraya ulaşmak zaman ve çaba gerektirdi.

Bir kişinin sorunlarının daha derindeki nedenlerini ortaya çıkarmak için çalışmak bazen arkeolog olmaya benzer. Temel soruna ulaşana veya düzeltecek hiçbir şey kalmayana kadar sorular sormaya, dengesizlikleri ortaya çıkarmaya ve her birini katman katman çözmeye devam edersiniz. Bu ilk seansta gerçekleşebileceği gibi birçok seans da sürebilir. Çocukların yetişkinlere göre çok daha hızlı çalışabilmeleri şaşırtıcı değildir. Çoğu zaman, yetişkinler daha üzücü deneyimler yaşamıştır ve her türlü dengesizliği biriktirmek için daha fazla zamanları olmuştur.

BİR ÖRNEK

Sarah'nın migreninin kafatasındaki bir kemiğin yanlış hizalanmasından kaynaklandığını, buna da on altı yaşındayken geçirdiği bir araba kazasından dolayı oraya yerleşen “fiziksel travma” enerjisinin neden olduğunu varsayalım.

Kas testi yoluyla soru sormanın ve altta yatan dengesizliklere ulaşmanın birçok yolu vardır.

"Migren belirtilerinizin altında yatan bir neden var mı?" diye sorabilirsiniz. Belirtilerin her zaman altında yatan sebepler olduğundan bu sorunun cevabı evet olmalıdır. Bu soruya evet cevabı verdiğinizde, bilinçaltının bulmanız gereken ilk dengesizliği bildiğini ve görevinizin onu çözmek olduğunu anlamak önemlidir. Bu kitabı kullanarak III. Bölümün başlangıcına döneceksiniz (Burada) Gövde Kodu Haritasını görüntülemek için. Cevabı bulmak için şu soruyu sorarak başlayabilirsiniz: "Bu dengesizlik Beden Kodu Haritasının sol tarafında mı?" Cevabın hayır olduğunu varsayalım. Bu, dengesizliğin haritanın sağ tarafında olması gerektiği anlamına gelir.

Vücut Kodu Haritasının sağ tarafında "Patojenler", "Yanlış Hizalamalar" ve "Beslenme ve Yaşam Tarzı" listelenmektedir.

Her şeyin her şeye neden olabileceğini hatırlayarak şu soruyu sorabilirsiniz: "Bu bir patojen mi?" Hayır. "Bu bir yanlış hizalama mı?" Evet.

Şimdiye kadar, çok iyi. Yanlış hizalamanın migren semptomlarına katkıda bulunduğunu tespit ettiniz. Daha sonra 4. bölüm olan “Yanlış Hizalamalar”a geçeceksiniz (Burada) ve iki farklı olası seçeneğin yer aldığı bir tabloya bakın; solda iskelet yanlış hizalamaları ve sağda yumuşak doku yanlış hizalamaları. Bu yol ayrımında hangi yöne gideceğinizi “Bu haritanın sol tarafında mı (iskelet çarpıklıkları)?” diye sorarak belirlersiniz. Cevap yok ise dengesizliğin tablonun sağ tarafında olması gerektiği anlamına gelir (yumuşak doku yanlış hizalamaları). Diyelim ki kas testi yoluyla iskelet yanlış hizalamalarında yanlış hizalamanın tablonun sol tarafında olduğuna dair bir yanıt aldınız. Bu simgenin altında bir sayfa numarası görüyorsunuz ve o sayfaya dönerek dört olası iskelet hizasızlığı alanından oluşan bir tablo görüyorsunuz.

"Yanlış hizalama bu grafiğin sol tarafında mı?" diye sorabilirsiniz. Örneğimizde bu, yanıtsızlıkla sonuçlanacaktır, bu da yanlış hizalama anlamına gelir.

Kafatası kemikleri ve apendiküler iskelet olmak üzere iki seçenek içeren çizelgenin sağ tarafında olmalıdır.

Buna göre “Kafatası kemiklerinde mi?” diye sorabilirsiniz. Evet.

Artık az önce ortaya çıkardığınız dengesizlik hakkında daha fazla bilgi bulacağınız “Kafatası Kemikleri” sayfa referansına dönebilirsiniz. Mobil cihazınızda Beden Kodu Sistemi uygulamasını kullanıyorsanız, hizalanmayan kesin kafatası kemiğini bulmak için daha derine inmek için daha fazla seçenek göreceksiniz. Uygulamayı henüz yüklemediyseniz herhangi bir bölümün sonundaki talimatları izleyerek dengesizliği bulup düzeltebileceksiniz.

Unutmayın, Sarah'nın bilinçaltı bu semptomları neden yaşadığını tam olarak biliyor. Sizi altta yatan ilk nedene götürmeye çalışıyor. Bu biraz onun bilinçaltının ne bildiğini öğrenmek için onunla sessiz sinema oyunu oynamaya benziyor.

Daha sonra şunu sorarsınız: "Kodunun çözülmesi gereken bir dengesizlik var mı?" Cevabın evet olduğunu varsayalım.

İlişkili bir dengesizliğin olup olmadığını sormak önemlidir, çünkü ilişkili bir dengesizliği bulmak ve düzeltmek genellikle altta yatan daha derin bir nedeni ortadan kaldırmak anlamına gelir.

İlişkili bir dengesizliği bulmak için bölüm III'e döneceksiniz (Burada) Gövde Kodu Haritasını bir kez daha görüntülemek için.

Bir sonraki soru şu olabilir: "Bu dengesizlik bu grafiğin sol tarafında mı?" Evet. “'Enerjiler'de mi?” Evet.

Böylece “Enerjiler” sayfasına dönersiniz. Enerji bölümü sayfasında duygusal enerjiler, travma sonrası enerjiler, alerjiler ve fikirler ve saldırgan enerjiler olmak üzere dört olasılığın yer aldığı bir tablo göreceksiniz. Şunu sorarak başlayabilirsiniz: “Dengesizlik bu grafiğin sol tarafında mı? Hayır. "Travma sonrası enerjilerde mi?" Evet. Bu noktada simgenin altında belirtilen sayfaya dönebilirsiniz. Body Code Systems uygulamasını kullanıyorsanız daha fazla seçeneğiniz olacağını ancak uygulamanın aynı şekilde çalıştığını unutmayın.

Daha sonra “Enerji” kısmından “Travma Sonrası Enerjiler”e dönüyorsunuz ve karşınıza “Fiziksel Travma Enerjisi” diye bir seçenek çıkıyor. “Fiziksel bir travma mı?” diye soruyorsunuz. Evet.

Burada fiziksel travma enerjisinin ne olduğunu okuyabilir, egzersiz talimatlarını takip edebilir, bununla ilişkili herhangi bir şey olup olmadığını öğrenebilir ve niyet yoluyla onu serbest bırakabilirsiniz.

Çoğu zaman, çözmeye çalıştığınız sorunun altında yatan nedenin ilgili bir dengesizlik olduğu ortaya çıkacaktır. Örneğin, kemik veya diğer dokulardaki çoğu yanlış hizalama, tutsak kalmış duygulardan veya bir tür travma sonrası enerjiden kaynaklanır. Temelde yatan dengesizliği/dengesizlikleri serbest bırakmak genellikle yanlış hizalamayı düzeltecektir.

Bir dengesizliğin başka bir dengesizlikten kaynaklandığı bu olguya benim "Domino Etkisi" adını veriyorum.

İlişkili bir dengesizlik aslında söz konusu dengesizliğe neden olmuyorsa, başka bir şekilde bağlanacaktır. Bilinçaltı zihin her zaman size bedende olup bitenler hakkında bilgi vermeye çalışır, bu nedenle olasılıklara açık olmanız ve kendinize şu soruyu sormanız önemlidir: "Bilinçaltı bana ne göstermeye çalışıyor?"

Tüm dengesizliklerin dengesizliklerle ilişkili olduğu söylenemez, ancak böyle olduklarında, en iyi sonuçları elde etmek için onları serbest bırakmak isteyeceksiniz. Ve ilginç bir şekilde, ilgili dengesizliklerin serbest bırakılması, çoğunlukla üzerinde çalıştığınız orijinal dengesizliği otomatik olarak düzeltecektir.

"Kodunun çözülmesi gereken ilişkili bir dengesizlik var mı?" diye sormaya devam etmek iyi bir fikirdir. ilgili tüm dengesizlikler giderilene kadar.

Bir şey diğerine yol açabilir ve düzeltmeye çalıştığınız sorunun arkasında bir dizi neden bulabilirsiniz.

Talimatları dikkatli bir şekilde takip ederek bulduğunuz dengesizliklerin üstesinden gelmek, sorunun mümkün olduğunca köküne inmenize ve dengesizliklerin tekrarlanmasını önlemenize yardımcı olur. Gerçek hayat oturumlarını çevrimiçi izleyerek, seminerlerime katılarak ve DiscoverHealing.com'daki çevrimiçi kurslarımıza katılarak sertifikalı bir uygulayıcı olarak daha fazlasını öğrenebilirsiniz.

★ ★ ★

Altı dengesizlik kategorisinin içerdiği türlere kısa bir genel bakış:

- “Enerji”, muzdarip olduğumuz en yaygın dengesizlik olan tutsak duyguları içerir; bu kitabı da bu yüzden yazdım.*Duygu Kodu*. Ancak bu kategori aynı zamanda diğer ortak enerjileri de içerir.

alerjiler, travma enerjileri, zihinsel enerjiler, saldırgan enerjiler ve daha fazlası gibi.

- "Patojenler" virüsler, bakteriler, mantarlar, parazitler ve daha fazlası gibi bulaşıcı organizmaların hem enerjik hem de fiziksel formlarını içerir.
- “Devreler ve Sistemler” kardiyovasküler, sinir, endokrin, sindirim, bağışıklık, üreme vb. gibi vücudun tüm sistemlerini içerir. Bu kategoride ayrıca vücuttaki organlar ve bezler, meridyenler, enerji bedeni, çakralar da bulunur. , ruh ve fiziksel beden arasındaki kopukluklar vb. "Yanlış hizalanmalar" vücudun tüm
- sert ve yumuşak dokularını kapsar, çünkü herhangi bir doku yanlış hizalanabilir ve arıza yaratabilir.

- “Toksinler”, cıva gibi diş toksinlerinden biyolojik zehirlere, çevre kirliliğine, gıda toksinlerine, ağır metallere, elektromanyetik radyasyona ve daha fazlasına kadar her şeyi içeren geniş bir kategoridir.
- “Beslenme ve Yaşam Tarzı”, belirli bir mineral, bitki, yiyecek, terapi türü, renk, uyku vb. gibi sağlığınızı ve refahınızı desteklemek için herhangi bir zamanda ihtiyaç duyulan belirli değişiklikleri tanımlamanıza yardımcı olabilecek bilgiler içerir. Vücudunuza en çok fayda sağlayacak özel esansiyel yağı bulun.

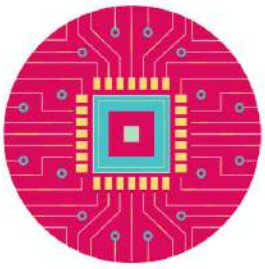
Beden Kodu Haritasını kullandığınızda, sizi kategorilerden birine gönderen bir soruyla başlarsınız. Sorduğunuz her yeni soru, belirli bir cevaba ulaşana ve tam olarak bilmeniz gerekenleri bulana kadar konuları daraltmanıza olanak tanır. Takip eden çeşitli bölümlerde altı kategoriyi daha derinlemesine inceleyeceğiz. Web sitemde, Beden Kodu Haritasında sizin de yapabildiğiniz gibi gezindiğimi göreceğiniz canlı bir Beden Kodu oturumunu izlemeyi öğretici bulabilirsiniz.

BÖLÜM III

GÖVDE KOD HARİTASI

Energies

Pathogens



Circuits and Systems

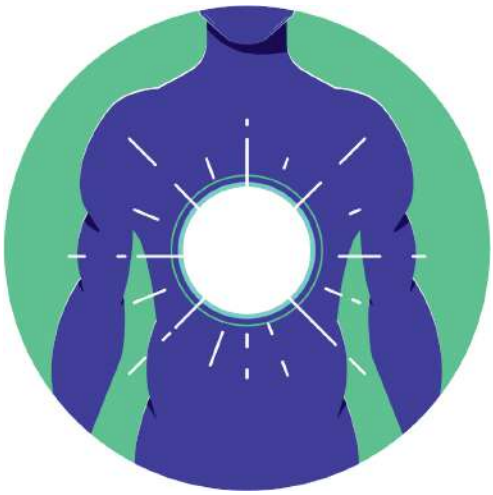
Misalignments

Toxins

Nutrition and Lifestyle

BÖLÜM 1

ENERJİLER



Gerçek dediğimiz her şey, gerçek olamayacak şeylerden yapılmıştır.
gerçek olarak kabul edilebilir. Kuantum mekaniği sizi
derinden sarsmadıysa onu anlamamışsınız demektir.

henüz.

— NIELS BOHR

Emotional Energies

Post-Traumatic Energies

Allergies and Ideas

Offensive Energies

Beden Kodu Haritası ana sayfasındaki altı dengesizlik kategorisinden en sık erişileni enerji kategorisidir. Başka bir deyişle, bu kategoride genellikle diğer alanlara göre daha fazla dengesizlik bulunur. Bunun nedeni, tutsak kalmış duyguların bu kategoride bulunması ve bunların genellikle sağlık ve zihinsel sorunların altında yatan en yaygın neden olmasıdır.

Bu bölümde birçok farklı türde dengesizlik vardır. Bunlar alt gruplara ayrılır: duygusal, travma sonrası, hem fiziksel maddelere hem de fikirlere karşı alerjiler ve saldırgan enerjiler. (Body Code uygulamasının buraya eklenebileceklerden çok daha fazlasını içerdiğini unutmayın.)

6

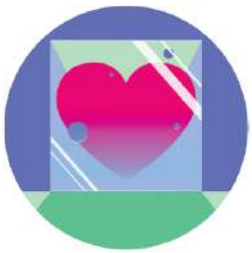
DUYGUSAL ENERJİLER

Duygular enerjidir. Bastırılmış duygular enerjimizi bloke eder, bizi yorar ya da hastayız. Bastırılan her şey ifade edilmenin bir yolunu bulacaktır.

— KRİSTAL ANDRUS

Enerji dengesizliklerinin en çok erişilen alt kategorisi “duygusal enerjiler” olarak adlandırılır ve bunların en yaygın olanı tutsak kalmış duygular ve Kalp Duvarıdır. Bu bölümde size tutsak kalmış duyguları nasıl bulup serbest bırakacağınızı ve Kalp Duvarınızı temizleme yolculuğunuza nasıl başlayacağınızı göstereceğim.

Trapped Emotions



Heart-Wall Emotions

TUTUKLANMIŞ DUYGULAR

AÇIKLAMA

Fiziksel ve duygusal acımızın en yaygın ama henüz bilinmeyen temel nedeni, tutsak kalmış duygulardır. Tutsak kalmış bir duygu, boyutları bir beyzbol topundan küçük bir kavun büyüklüğüne kadar değişen, saf duygusal enerjiden oluşan bir küre veya alandır. Tutsak kalmış duygular vücudunuzun herhangi bir yerine yerleşebilir ve yerleştiklerinde sonuçta duygusal, zihinsel ve fiziksel etkilere neden olurlar. Tutsak kalmış duygular bedenin enerji alanı üzerinde bozucu bir kuvvet uygular. Bu bozulma vücudun dokularını etkileyerek fiziksel ağrı ve fonksiyon bozukluklarına neden olur. Tutsak kalmış duygusal enerji alanında yer alan her biyolojik fonksiyon, hücresel süreçler, kimyasal reaksiyonlar, kan akışı, lenf akışı ve akupunktur meridyen enerjisinin akışı dahil olmak üzere bir dereceye kadar etkilenecektir.

Tutsak kalmış duyguların çoğumuz için bu kadar çok fiziksel acıya ve rahatsızlığa neden olmasının nedeni budur. Şu anda fiziksel acı yaşıyorsanız, acınızın tamamen veya kısmen tutsak kalmış duygusal enerjiden kaynaklanma ihtimali yüksektir. Tutsak kalmış duygular ortadan kaldırıldığında ağrı genellikle anında azalır veya kaybolur.

Ben kişisel olarak sayamayacağım kadar çok sayıda anlık ağrı kesici vaka gördüm; bu ağrılar sadece tutsak kalmış duyguların salıverilmesiyle giderilirdi. Steve bunun dikkate değer bir örneğiydi.

STEVE'İN ÖFKESİ

Steve haftalardır şiddetli bel ağrısı çekiyordu. Muayene sırasında belini herhangi bir yöne bükmenin zor olduğunu fark ettim. Çok fazla kas spazmı çekiyordu ve ağrısını 0-10 arasında 9 olarak derecelendirdi.

Bilinçaltına ağrısının altında yatan nedenlerin ne olabileceğini sormak için kas testini kullanmaya başladığımda, ortaya çıkan ilk şey onun tutsak kalmış bir öfke duygusuna sahip olduğuydu. Daha ileri kas testleri, bu duygunun yaklaşık yirmi yıl önce vücudunda sıkışıp kaldığını ortaya çıkardı. Bir an düşündü ve sonra o sıralarda kendisini öfkelendiren travmatik bir iş durumu yaşadığını hatırladı.

Bir mıknatısı yönetici meridyenden birkaç kez geçirerek tutsak kalmış duyguyu serbest bıraktım. Aniden, dayanılmaz acısı yok oldu. Tamamen ve tamamen yoktu! Buna inanamadı ve ben ondan biraz daha az şaşırdım. Vücudunu bir o yana bir bu yana eğip bükmeye devam etmesi, muayenesi sırasında sergilediği zor ve sınırlı hareket aralığının artık geçmişte kaldığını kanıtlıyordu.

Bundan önce ağrı çeken birçok hastada harika bir başarı elde etmiştim. Tutsak kalmış duyguların acılarının bir yönü olması çok yaygındı, ancak bu anlık ve tam iyileşme benim için bile dikkate değerdi ve bu kadar işe yaradığı için minnettardım.

Birkaç gün sonra Steve beni görmeye geldiğinde hikaye daha da ilginç hale geldi ve şöyle dedi: "Dr. Nelson, sırt ağrım geri gelmedi. Hala tam olarak inanamıyorum. Ama sana başka bir şey söylemem gerekiyor. Buraya geldiğimde sana anlatmadığım başka bir sorunum daha vardı. Kendimi bildim bileli, temelde sizin 'öfkekolik' diyebileceğiniz türden biriyim. Eşime ve çocuklarıma sürekli bağırıyordum. Küçük şeyler gerçekten beni sinirlendiriyordu. Birkaç kez öfke kontrolüne gittim ve bana pek faydası olmadı. Yoldaki öfkeyi izlemek zorunda kaldım ve normalde oldukça gerginim. Tutsak kalmış öfke duygusunu benden salıverdiğinden beri, artık öfkeyi hissetmiyorum. Eskiden beni gerçekten sinirlendiren şeyler artık beni rahatsız etmiyor gibi görünüyor. Aslında kendimi huzurlu hissediyorum ki bu benim için alışılmadık bir durum. Bunu nasıl yaptın?"

Kişi tutsak kalmış bir duyguya sahip olduğunda, vücudun o kısmı, oraya yerleşmiş olan duygusal enerjinin belirli frekansında sürekli olarak titreşir. Bu, kişiyi o frekansla rezonansa girmeye ve o duyguyu daha kolay ve daha sık deneyimlemeye çok daha duyarlı hale getirir.

Steve, belinin alt kısmına yerleşmiş olan öfke duygusunun tutsaklığı nedeniyle normalde olduğundan daha öfkeli bir insan haline gelmişti. Yani öfkelenebileceği bir durum ortaya çıktığında,*istemek* çok daha kolay sinirleniyordu çünkü vücudunun bir kısmı zaten öfke frekansında titriyordu.

Her duygunun sonuçta benzersiz bir titreşim frekansı olduğunu unutmayın. Öfke üzüntüden farklı bir frekanstır vb. Duygusal bir enerji bedende hapsolduğunda, o kürenin içindeki vücut dokularının o duygusal frekansta titreşmesine neden olur. Daha sonra onu serbest bırakmak ani bir değişimin gerçekleşmesine neden olur ve dokuları o negatif enerji titreşiminden kurtarır. Daha sonra vücudun o bölgesindeki şeyler denge durumuna geri dönebilir; bu daha önce imkansız olabilecek bir şeydir. Sonuç genellikle ağrının anında iyileşmesi veya kesilmesi ve muhtemelen yıllar veya on yıllar sonra daha ciddi sorunların önlenmesidir.

Steve ve sırt ağrısı örneğinde, tutsak kalmış duyguların hem fiziksel hem de duygusal olarak hayatınıza nasıl müdahale edebileceğini görüyorsunuz. Tutsak kalmış duygular dengesiz ve kötü niyetli olmanıza, yanlış varsayımlarda bulunmanıza, uygunsuz sonuçlara varmanıza ve normalde sağlıklı olabilecek ilişkileri sabote etmenize neden olabilir. Tutsak kalmış duygular aynı zamanda depresyon, anksiyete, panik atak, kendini sabote etme, fobiler, travma sonrası stres bozukluğu, bipolar bozukluk ve daha fazlası gibi duygusal ve zihinsel sorunların arkasında yatan önemli bir itici güçtür.

Tutsak kalmış duygular, fiziksel ağrının en tanınmayan temel nedenini oluşturur ve aynı zamanda fibromiyalji, otoimmün bozukluklar, kısırlık, kronik yorgunluk sendromu ve hatta kanser gibi hastalıklara katkıda bulunan başlıca faktörlerdir. Gördüğüm her hastalık süreci, varoluşunun altında yatan nedenin bir parçası olarak tutsak kalmış duygulara sahipti. Tutsak kalmış duygular vücudun düzgün işleyişini bozar. Kan, lenf ve enerji akışını bozarlar ve organ ve bezlerin düzgün çalışmasına müdahale ederler. Ayrıca yorgunluk yaratabilir ve bağışıklık sisteminin enfeksiyonla savaşma yeteneğini azaltabilirler. Kapana kısılmış halde vücudun sağlığını bozabilecek olsalar bile

Geleneksel tıp söz konusu olduğunda duygular, en azından şimdilik, hastalıkta kabul edilmeyen bir faktördür.

KALITAŞMIŞ TUTUKLANMIŞ DUYGULAR

Kalıtsal duygular, bir ebeveynin ya da başka bir doğrudan soy atasının hayatında meydana gelen duygusal bir olay sırasında kalıtsal bir duygunun sıkışıp kalması dışında tıpkı diğerleri gibi tutsak kalmış duygulardır. Kalıtsal olarak tutsak kalmış duygular, diğer genetik özelliklerin aktarıldığı gibi aile soyundan aşağıya aktarılır. Kalıtsal duygular birden fazla nesile aktarılabilir ve resesif genler gibi, tüm nesillerin aynı duyguyu miras alması zorunlu değildir.

Kalıtsal tutsak kalmış duygular, genellikle Duygu Kodu Tablosunda belirli bir tutsak duyguyu tanımlamaya çalıştığınızda ve bunu yapamadığınızda ortaya çıkar. Bilinçaltı zihin sizi yalnızca miras alınan tutsak duyguyu içeren doğru sütuna ve satıra götürecektir, daha ilerisine götürmez. Dolayısıyla, hepsi zayıf ya da güçlü testleri yaptığı için ya da güçlü test eden birden fazla duyguyu bulduğunuz için, peşinde olduğunuz duyguyu tam olarak tanımlayamıyorsanız, bilinçaltının sizi elinden geldiğince ileri götürdüğünün farkına varın. Bu noktada basitçe şunu sorabilirsiniz: "Bu kalıtsal bir tutsak duygu mu?" Bu soruya evet cevabı almak, miras alınan duyguyu bulmanın kapısını açar.

Kalıtsal bir tutsak duygunun temel soykütüğünü belirlemeniz bilinçaltınız için önemlidir. Bu tanımlama sürecini özneden geriye doğru çalışarak başlatmak en kolay yoldur. “Bu duyguyu annenden mi miras aldın?” diye sorabilirsiniz. veya "... babandan mı?" sonra daha da geriye gidip gitmediğini sorun, yani “Baban bu duyguyu annesinden mi miras aldı?” veya "... babasından mı?" Tutsak duygunun kaynaklandığı atayı tespit edene kadar bu şekilde devam edin ve ilerledikçe her nesli not edin. Bulabildiğin şey şaşırtıcı. Bir sonraki hikayede Annelle, nesiller öncesine miras kalan bir duygunun izini sürdü ve onu miras alan herkesten serbest bırakmayı başardı.

Yirmi Yedi Nesildir Umutsuzluk

Bir sabah hafif kar yağışının ardından küçük kasabamızda yürüyüşe çıktım. Ağaçlar beyaz tüylerle kaplıydı ve o kadar güzeldi ki! Eve dinlenmiş ve aç olarak geldim. Kendime biraz kahvaltı hazırladım ama yemeğe oturduğumda midem ağrımaya başladı.

Beden Kodu Sertifikasyon süreci eğitim bölümünü yakın zamanda bitirdikten sonra, mideme yemek koymadan önce kendime biraz Beden Kodu uygulamaya karar verdim. Son zamanlarda tutsak kalmış bazı endişe ve gerginlik duyguları ve on üç yaşımdan beri yaşadığım düşük özgüven nedeniyle midemin hizasının bozulduğunu fark ettim ve bunların hepsini salıverdim. Sonra miras kalan, tutsak kalmış bir umutsuzluk duygusu buldum. Babadan kıza, kızdan oğula, kızdan oğula vs. aktarılmış ve yirmi yedi kuşak geriye gitmişti! Miras aldığım bu tutsak duyguyu serbest bırakacağım için heyecanlandım ve yardım ettiğim tüm insanları hayalimde canlandırdım.

Bu duyguyu mıknatısı on kez hareket ettirerek serbest bırakmayı bitirdiğimde, üzerime bir duygu dalgasının geldiğini hissettim: minnettarlık, rahatlama, acıyı bırakma ve ardından neşe. Gözyaşları akmaya başladı ve sanki bu umutsuzluğu taşıyan ve artık ondan kurtulabilen tüm o insanlar için binlerce gözyaşı döküyormuşum gibi hissettim. Bu ne kadar güçlü bir araçtır! Atalarımın hayatlarını bu şekilde kutsayabildiğim için çok minnettarım.

- ANELLED., VIRGINIA, senNİTEDSTATES

Tutsak kalmış duygular, acısını çektiğimiz en yaygın dengesizlik olduğundan ve birçok fiziksel, zihinsel ve duygusal sorunumuza neden olduğundan, onları serbest bırakmayı öğrenmek, hem sizin hem de sevdiklerinizin hayatında büyük bir fark yaratabilir. olanlar.

EGZERSİZ: TUTUKLANMIŞ BİR DUYGUYU BULUN VE SERBEST BIRAKIN

Duygu Kodu Tablosunu kullanarak tutsak kalmış duyguları nasıl tanımlayıp serbest bırakacağımı açıklayacağım. Hangi kas testi yöntemi sizin için en uygunsa onu kullanın ve her soru için bir kas testi yapın. Güçlü bir cevabın veya öne doğru sallanmanın evet, zayıf bir cevabın veya geriye doğru sallanmanın ise hayır olduğunu unutmayın.

DISCOVER HEALING

The Emotion Code® Chart

	A	B
1 HEART OR SMALL INTESTINE	Abandonment Betrayal Forlorn Lost Love Unreceived	Effort Unreceived Heartache Insecurity Overjoy Vulnerability
2 SPLEEN OR STOMACH	Anxiety Despair Disgust Nervousness Worry	Failure Helplessness Hopelessness Lack of Control Low Self-Esteem
3 LUNG OR COLON	Crying Discouragement Rejection Sadness Sorrow	Confusion Defensiveness Grief Self-Abuse Stubbornness
4 LIVER OR GALL BLADDER	Anger Bitterness Guilt Hatred Resentment	Depression Frustration Indecisiveness Panic Taken for Granted
5 KIDNEYS OR BLADDER	Blaming Dread Fear Horror Peeved	Conflict Creative Insecurity Terror Unsupported Wishy-Washy
6 GLANDS OR SEXUAL ORGANS	Humiliation Jealousy Longing Lust Overwhelm	Pride Shame Shock Unworthy Worthless

Copyright Discover Healing & Dr. Bradley Nelson. All Rights Reserved.

AŞAMA 1.

Şunu sorarak başlayın: "Benim (ya da senin) şu anda serbest bırakılabilecek tutsak kalmış bir duygun var mı?"

- **Hayırsa, daha sonra tekrar denemeniz gerekebilir veya daha sonra tartışacağımız bir Kalp Duvarı mevcut olabilir.**
- **Cevabınız evet ise 2. Adıma geçin.**

ADIM 2.

(Kod Çözme) Şunu sorun: "Tutsak kalmış duygu A sütununda mı?"

- **Hayır ise B sütunundadır.**
- **Sütunu belirledikten sonra listenin yarısını elemiş olursunuz ve toplam altmış olası duygunun dışında otuz duygu kalır. 3. Adıma geçin.**

AŞAMA 3.

Şunu sorun: "Tutsak kalmış duygu tek bir sırada mı?"

- **Hayır ise 2, 4 veya 6. satırdadır.**
- **Evet ise 1, 3 veya 5. satırdadır.**
- **Duygunun çift ya da tek satırlardan birinde olduğunu belirledikten sonra altmış duygudan on beş duygunuz kalır. 4. Adıma geçin.**

ADIM 4.

Bu noktada satırları tek tek adlandırabilir ve doğru hücreyi belirlemek için kas testi yapabilirsiniz:

- **Garip olarak, "1. sırada mı? 3. sıra mı? 5. sıra?"**
- **Çift için, "2. sırada mı? 4. sıra mı? 6. sıra mı?**
- **Doğru hücreyi belirledikten sonra altmış duygudan beşi kalır ve 5. Adıma geçebilirsiniz.**

ADIM 5.

Test edilecek son beş duyguyla birlikte listenin en başından başlayın ve duyguları birer birer kas testine tabi tutun.

- **Şunu sorun: "Tutsak kalmış duygu ___ mu?"**
- **O hücredeki her duyguyu, biri güçlü çıkana kadar tek tek test edin.**

ADIM 6.

Duyguyu tanımladıktan sonra şu soruyu sorun: "Bu duygu hakkında daha fazla bilgiye ihtiyacımız var mı?"*

- **Hayır ise 7. Adıma geçin.**
- **Cevabınız evet ise aşağıdaki sorulardan bir veya birkaçını sorun. Bu sorulardan herhangi birinin cevabı belirlendikten sonra 6. Adıma dönün.**
  - **Şunu sorun: "Oluşma yaşını bilmemiz gerekiyor mu?"**
  - **Şunu sorun: "Bu duygu başka birinden mi emildi?"**
  - **Şunu sorun: "Bu tutsak kalmış duygu belirli bir olayla (veya kişiyle) ilgili mi?"**

ADIM 7.

(Niyet) Duyguyu serbest bırakma niyetini korurken, bir mıknatısla veya elinizi yönetici meridyenin herhangi bir uzunluğu üzerinde üç kez veya kalıtsal bir tutsak duygu için on kez kaydırın.

ADIM 8.

Şunu sorun: "Tutsak kalmış duyguyu serbest bıraktık mı?"

- **Cevabınız evet ise, 1. Adımdan başlayabilir ve başka bir tutsak duyguyu bulup serbest bırakmak için süreci tekrarlayabilirsiniz.**
- **Hayırsa, yeniden odaklanın, yardım için dua edin, kalbinizin bunun işe yarayacağına dair sevgi ve şükran hissetmesine izin verin ve niyetle bir kez daha üç kez kaydırın.**

Tutsak kalmış duyguyu tanımlamakta zorlanıyorsanız, "Bu kalıtsal bir tutsak duygu mu?" diye sorun.

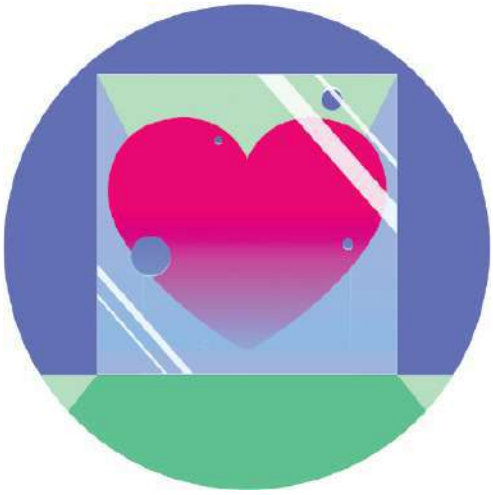
Eğer miras kaldıysa, “Bu duyguyu annenden mi miras aldın?” diye sorun. veya “Bunu babandan mı miras aldın?” sonra daha geriye gidip gitmediğini sorun. “Baban bu duyguyu annesinden mi miras aldı?” veya "... babasından mı?" Ortaya çıktığı atayı tespit edene kadar bu şekilde devam edin ve ilerledikçe her nesli not edin. Bu belirli tutsak duyguyu kaç neslin tuttuğunu belirledikten sonra, o duygusal enerjiyi serbest bırakma niyetini tutarken, bir mıknatısı veya elinizi yönetici meridyenin üzerinden on kez geçirerek onu serbest bırakabilirsiniz.

Bu sürecin video açıklamalarını youtube.com/c/discoverhealing adresindeki Discover Healing YouTube kanalını ziyaret ederek bulabilir ve izleyebilirsiniz.

KALP DUVARI DUYGULARI

AÇIKLAMA

Duygu Şifresinin en önemli kısmı aslında kalple ilgilidir. Eski toplumlar, kalbin sevginin ve romantizmin kaynağı, yaratıcılığın kaynağı, ruhun merkezi ve varlığımızın özü olduğuna inanıyordu.



Derin bir acı, acı veya kayıp yaşadığınızda kalbinizin gerçekten kırılacağını hissetmiş olabilirsiniz. Göğsünüzün üzerinde bir fil oturuyormuş veya nefes alamadığınız hissine kapılmış olabilirsiniz. Hayatınızda böyle bir zamanı hatırlayabiliyor musunuz? Belki bir ayrılık ya da boşanma aşamasındaydınız. Belki çocukken istismara veya zorbalığa maruz kalmışsınızdır. Yaşadığınız her ne ise, o anda fazlasıyla gerçekti.

Bu kalp kırıklığı duyguları o kadar rahatsız edici, o kadar yabancı ve baş edilmesi o kadar zor olabilir ki, çoğu zaman kalbi bu son derece olumsuz duygulardan korumak için örülmüş enerjik bir "duvar" oluşumuyla sonuçlanırlar. Tutsak kalmış duygular bilinçaltı tarafından, bir soğanın katmanları gibi katman katman kalbi çevreleyecek şekilde hareket ettirilir ve düzenlenir. Bu, o zamanlar son derece uygun bir savunma mekanizması olabilecek, kalbin incinmesini veya kırılmasını önleyen koruyucu bir mekanizmadır. Ancak uzun vadede Kalp Duvarına sahip olmanın bir bedeli vardır.

Kalp Duvarına sahip olmak hayatı çok daha zorlaştırabilir. Kalbiniz negatif duygusal enerji katmanlarıyla çevrelendiğinde, pozitif duyguları hissetmeniz zorlaşır ve negatif duyguları hissetmeniz kolaylaşır. Diğer insanlarla bağlantı kurmayı ve sadece sevgi vermeyi değil, onu almayı da zorlaştırır. Giacomo'nun aşağıdaki hikayede belirttiği gibi, kalbinizi çevreleyen tutsak duygu duvarını ortadan kaldırmak hayatınızı değiştirebilir.

Daha İyisi İçin Değiştirildi

> Kalp Duvarım serbest bırakıldıktan sonra hayatım tamamen değişti. İlahi olana çok daha açık hale geldim ve bilinçli rüya görmeye başladım. Birkaç ay sonra harika bir partnerle ilk uzun vadeli ilişkime girdim ve bu ilişkiden çok mutluyum. İlk başta tamamen farklı bir meslek yapmak istediğimi düşündüm ama bir ay sonra mevcut tutkuma olan kararlılığım güçlendi ve bu konuda her zamankinden daha iyi sonuçlar elde etmeye başladım. Kalp Duvarını keşfettiğim ve serbest bıraktığım için çok minnettarım!
>
> - GIACOMOR., L.ONDON, sennİTEDkINGDOM

Manyetokardiyogram adı verilen bir cihaz kullanarak kalbin manyetik alanını ölçen bilim adamları, kalbin manyetik bir alana sahip olduğunu buldular.

Bu, vücudun yüzeyinden birkaç metre uzakta ölçülebilir. Başka birine sevgi veya şefkat hissettiğinizde, kelimenin tam anlamıyla kendi kalbinizden diğer kişinin kalbine enerji gönderiyorsunuz. Bir Kalp Duvarına sahip olmak, başkalarını sevme ve mutlu bir yaşam sürme yeteneğinizi engelleyebilir, ancak Raluca'nın bu hikayede bulduğu gibi, ondan kurtulmak büyük fark yaratabilir.

Kalp Duvarını Çıkardıktan Sonra Yeni Bir Kişi

Benim hikayem mutlu bir hikaye. 2005'ten beri evliyim ama evliliğim yıllarca kötü gitti. 2013 yılında Budapeşte'de yaşayan ve benim ve kocamın Kalp Duvarını uzaktan kaldırabilecek bir Beden Kodu uygulayıcısı aradım. "Yeni" bir kocam var! Kalp Duvarı kaldırıldığı için şefkatli, sevimli ve neşeli bir kocadan bahsediyorum! Ayrıca kendi Kalp Duvarım kaldırıldığı için kendime çok daha fazla güveniyorum, içimde daha huzurlu hissediyorum.

- RALUCAS., PADUA, BENTALY

Kalp Duvarını oluşturan tutsak duyguların ortadan kaldırılması, daha önce tutsak kalmış duyguların serbest bırakılması için özetlediğim sürecin neredeyse tamamen aynısıdır, çünkü Kalp Duvarı tutsak kalmış duyguların katmanlarından oluşur.

Şimdi bir kişinin Kalp Duvarına sahip olup olmadığını nasıl belirleyebileceğinizi ve onu nasıl serbest bırakabileceğinizi konuşalım.

Kalp Duvarını bulmak için sormanız yeterli. Kişinin bilinçaltına, kalp duvarının olup olmadığını gerçekten sormadığınız sürece, bu açığa çıkmayacaktır.

Kalp Duvarı tutsak kalmış duygulardan yapılmıştır, ancak bilinçaltı artık onları bu şekilde sınıflandırmamaktadır. Bu duygular artık bir duvarın parçasıdır ve siz bir Kalp Duvarının mevcut olup olmadığını veya kişinin Kalp Duvarından tutsak kalmış bir duyguyu serbest bırakıp bırakamayacağınızı sorana kadar erişilemezler. Her iki durumda da, onu yaratan tutsak kalmış duygulara ulaşmadan önce, bilinçaltının bir Kalp Duvarı olduğunu kabul etmesini sağlamanız gerekir. Basitlik açısından, bu tutsak kalmış duygulara Kalp Duvarı duyguları adını verebilirsiniz. Onları serbest bıraktıkça duvar birer birer yıkılacak.

EGZERSİZ: TUTUKLANMIŞ BİR DUYGUYU BULUN VE SERBEST BIRAKIN BİR KALP DUVARI

Öncelikle sizin veya yardım etmeye çalıştığınız kişinin Kalp Duvarı olup olmadığını öğrenmeniz gerekir.

"Benim (ya da senin) bir Kalp Duvarın var mı?" diye sorardın. Daha sonra cevaba ulaşmak için seçtiğiniz kas testini kullanın ve aşağıdaki adım adım talimatları kullanın. Çoğu kişi bir seansta bir ile on arasında Kalp Duvarı duygusunu serbest bırakabilir ve Kalp Duvarının tamamını bir ila üç seansta serbest bırakabilir. (Bu alıştırmada, tutsak kalmış duyguyu bulmak ve serbest bırakmak için egzersiz bölümündeki Duygu Kodu Tablosunu bir kez daha kullanacaksınız.)

Bir Kalp Duvarının mevcut olduğunu tespit ederseniz, aşağıdaki gibi bir Kalp Duvarı duygusunun kodunu çözün ve serbest bırakın. (Kalp Duvarı bulamadıysanız insanların yaklaşık yüzde 7'sinde Kalp Duvarı olmadığını unutmayın.)

AŞAMA 1.

Şunu sorun: "Şimdi bir Kalp Duvarı duygusunu serbest bırakabilir miyiz?"

- **Hayırsa, daha sonra siz veya diğer kişi bu işi yapmaya hazır olduğunda tekrar denemeniz gerekebilir.**
- **Cevabınız evet ise 2. Adıma geçebilirsiniz.**

ADIM 2.

(Kod Çözme) Şunu sorun: "Tutsak kalmış duygu A sütununda mı?"

- **Hayır ise B sütunundadır.**
- **Sütunu belirledikten sonra listenin yarısını elemiş olursunuz ve toplam altmış olası duygunun dışında otuz duygu kalır. 3. Adıma geçin.**

AŞAMA 3.

Şunu sorun: "Tutsak kalmış duygu tek bir sırada mı?"

- **Hayır ise 2, 4 veya 6. satırdadır.**
- **Evet ise 1, 3 veya 5. satırdadır.**
- **Duygunun çift ya da tek satırlardan birinde olduğunu belirledikten sonra altmış duygudan on beş duygunuz kalır. 4. Adıma geçin.**

ADIM 4.

Bu noktada satırları tek tek adlandırabilir ve doğru hücreyi belirlemek için kas testi yapabilirsiniz:

- **Garip olarak, "1. sırada mı? 3. sıra mı? 5. sıra?"**
- **Çift için, "2. sırada mı? 4. sıra mı? 6. sıra mı?**
- **Doğru hücreyi belirledikten sonra altmış duygudan beşi kalır ve 5. Adıma geçebilirsiniz.**

ADIM 5.

Hücrenin tepesinden başlayın ve duyguları birer birer kas testine tabi tutun.

- **Şunu sorun: "Tutsak kalmış duygu ___ mu?"**
- **O hücredeki her duyguyu, biri güçlü çıkana kadar tek tek test edin.**

ADIM 6.

Duyguyu tanımladıktan sonra şu soruyu sorun: "Bu duygu hakkında daha fazla bilgiye ihtiyacımız var mı?"*

- **Hayır ise 7. Adıma geçin.**
- **Cevabınız evet ise aşağıdaki sorulardan bir veya birkaçını sorun. Bu sorulardan herhangi birinin cevabı belirlendikten sonra 6. Adıma dönün.**
  - **Şunu sorun: "Oluşma yaşını bilmemiz gerekiyor mu?"**
  - **Şunu sorun: "Bu duygu başka birinden mi emildi?"**
  - **Şunu sorun: "Bu tutsak kalmış duygu belirli bir olayla (veya kişiyle) ilgili mi?"**

ADIM 7.

(Niyet) Duyguyu serbest bırakma niyetini korurken, bir mıknatısla veya elinizi yönetici meridyenin herhangi bir uzunluğu üzerinde üç kez veya kalıtsal bir tutsak duygu için on kez kaydırın.

ADIM 8.

Şunu sorun: "Tutsak kalmış duyguyu serbest bıraktık mı?"

- **Cevabınız evet ise, "Kalp Duvarını temizledik mi?" diye sorun.**
  - **Hayırsa, 1. Adımdan başlayabilir ve süreci tekrarlayabilir, daha fazla tutsak duyguyu bulup serbest bırakabilirsiniz, ta ki evet cevabı alana kadar.**
  - **Cevabınız evet ise tebrikler, bir Kalp Duvarını temizlediniz!**
- **Hayırsa, yeniden odaklanın, yardım için dua edin, kalbinizin bunun işe yarayacağına dair sevgi ve şükran hissetmesine izin verin ve niyetle bir kez daha üç kez kaydırın.**

KALBİN ÇIKARILMASI İÇİN YARARLI İPUÇLARI

DUVAR

Kalp Duvarı, tıpkı bir soğan gibi, tutsak kalmış duyguların farklı katmanlarından oluşur. Tek bir seansta genellikle dört ila on tutsak kalmış duyguyu serbest bırakabildiğimi görüyorum, bazen daha fazla, bazen daha az. Ortalama bir insanın bir Kalp Duvarını oluşturan on iki ila yirmi dört tutsak duyguya sahip olduğu görülmektedir, ancak kişiye bağlı olarak bu sayı bundan daha fazla veya daha az olabilir.

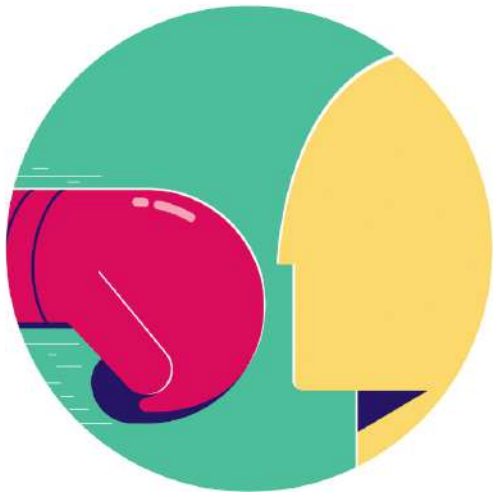
Kendi Kalp Duvarınızı ve sevdiklerinizin Kalp Duvarını kaldırmanın yapabileceğiniz en önemli şeylerden biri olduğuna inanıyorum. Hayatınızı değiştirebilir - ve onlarınki de!

7

TRAVMA SONRASI ENERJİLER

Sahip olduğunuz her düşünce enerjinizi bilgilendirir ve enerjiniz zihninizde tezahür eder. deneyimler. Düşünceleriniz ve enerjiniz gerçekliğinizi yaratır.

— GABRIELLE BERNSTEIN



Travma sonrası enerjiler vücudun enerji alanını bozan başka bir enerji kategorisini oluşturur. Beden Kodu Sistemi uygulamasının çeşitli türleri içerdiğini, ancak bu kategoride en sık bulunan dengesizliğin fiziksel travma enerjisi olarak adlandırıldığını unutmayın.

Physical Trauma Energy

FİZİKSEL TRAVMA ENERJİSİ

AÇIKLAMA

Fiziksel travma enerjisi, fiziksel bir darbe aldığınızda veya vücut aşırı fiziksel stres altında olduğunda ortaya çıkar. Genellikle bu tür bir enerji vücuttan geçer, belki de bunu yaparken dokulara bazı fiziksel zararlar verir, ancak kalmaz. Ancak bazen travmanın enerjisi fiziksel bedene yerleşebilir.

Bir gün genç bir adamın boyun ağrısı şikayetiyle muayenehaneme gelmesiyle fiziksel travma enerjisini öğrendim. Şöyle dedi: “Dr. Nelson, başka bir arabanın bana çarptığı bir araba kazası geçirdim. Bu dört yıl önce oldu ve o günden bu yana boynumdaki ağrı hiç dinmedi. Farklı doktorlara gittim, farklı masörlere ayar yaptırdım, fizik tedaviye gittim ama boyun ağrım beni hiç terk etmedi. Aslında şu anda kazadan sonraki gün hissettiğim duygunun hemen hemen aynısını hissediyorum."

Ondan, 0 ile 10 arasında bir sayı seçerek, gerçekte ne kadar acı çektiğini bana açıklamasını istedim; 0, hiç ağrı olmadığını ve 10, hayal edebileceği en yüksek rakamı temsil ediyordu. 9 sayısını seçti.

Bir an bu konuyu düşündüm. Kesinlikle bu acıdan kurtulmaya çalışmıştı. Ancak yine de durumu çok şiddetliydi. Meslekte çalıştığım yıllar boyunca pek çok trafik kazası kurbanını tedavi ettim ama bu bana biraz alışılmadık geldi. Alışkanlığım gereği yardım aradım ve içimden dua ettim: “Baba, eğer burada bilmem gereken olağandışı bir durum varsa, lütfen anlamama yardım eder misin?”

Sorumun cevabı anında aklıma geldi. Birdenbire, dört yıl önceki kazada oluşan enerjinin bir kısmının hâlâ boynunda olduğunu ve dokularının normal işlevini bozduğunu anladım.

Ne zaman fiziksel bir darbe alsak, kinetik enerji vücudumuza girer. Örneğin, kırmızı ışıkta duran bir arabada oturuyorsanız ve nispeten yavaş bir hızda bile olsa arkadan başka bir araba size çarparsa tonlarca kinetik enerji üretilebilir. Çamurlukları buruşturan ve her iki arabaya da zarar veren de işte bu kinetik enerjidir. Çoğu durumda aynı kinetik enerji vücudunuzdan geçecektir. Ancak bazen bu enerjinin bir kısmı vücutta sıkışıp kalabilir ve aslında bir "fiziksel travma enerjisi" topuna dönüşebilir.

Artık acısının gerçek kaynağını anladığım için, bu fiziksel travmanın enerjisini serbest bırakmak amacıyla bir mıknatıs kullandım ve yönetici meridyeninin üzerinde birkaç kez kaydırdım. Bunu yaptıktan hemen sonra ona baktım ve şöyle dedim: "Tamam, devam et ve boynunu hareket ettir, sola ve sağa bak, yukarı ve aşağı bak ve bana ağrı düzeyinin öncekiyle karşılaştırıldığında nasıl olduğunu söyle." ”

"Vay! Acı seviyesinin şu anda iki olduğunu söyleyebilirim. Kazadan bu yana boynumun hissettiği en iyi şey bu! Sen ne yaptın?"

Bunun gibi fiziksel travma enerjisi, fiziksel acının ve arızanın nadir görülen bir nedeni değildir. Ve bunu yaratmak için araba kazası kadar ciddi bir şeye gerek yok. Görünüşte küçük travmaların da (eğer koşullar uygunsa) vücutta sıkışıp kalabileceğini keşfettim. Her türlü cerrahi prosedür genellikle vücutta fiziksel travma enerjisi bırakır. Kaldırımdan yanlış adım atmak ve vücutta ani, beklenmedik bir sarsıntı almak, fiziksel bir travma enerjisi yaratabilir. Arabanızdan inerken kafanızı vurmak da buna neden olabilir, vb.

Burada, fiziksel travma enerjisiyle sonuçlanan eski bir yaralanmanın ve bu enerji bulunup serbest bırakıldığında ortaya çıkan nihai sonucun bir örneği yer almaktadır. Bir sonraki hikayede, bir Beden Kodu oturumu yaparken tipik olarak bulunan ve düzeltilen şeylerin bir listesinin olduğuna dikkat edin.

Bir İnşaatçının Kariyerini Geri Vermek

Yetmiş dört yaşında bir inşaatçı olan John, kolunu omuz yüksekliğinin üzerine çıkarmakta zorluk çekiyordu ve bir darbe aldığından beri gücünü kaybetmişti.

1985'te üç kat yukarıdan bir iskele parçasının düşüp başının arkasına çarparak iki omurunu kırdığı kaza. Beden Kodunu kullanarak çeşitli duygusal enerjileri, 1985'teki kazadan kaynaklanan fiziksel travma enerjisini, iyileşme engelini ve fiziksel/ruhsal kopukluğu serbest bıraktım. Bu, kolunun tam hareket aralığını ve gücünü yeniden kazanmasıyla sonuçlandı. İnanılmaz derecede minnettardı.

- ANTHEAP., LONDON, senNİTEDkINGDOM

Bunun gibi dengesiz enerjileri bulmanın önemini görebiliyor musunuz? Muhtemelen geçmişinizden gelen bir miktar fiziksel travma enerjisine sahipsiniz. Bu tür bir enerji, tıpkı tutsak kalmış duygular gibi görünmezdir ve siz onun hakkında bilgi sahibi olmadığınız sürece onu tespit edemezsiniz, ancak Beden Kodu onu bulmayı ve ortadan kaldırmayı kolaylaştırır.

EGZERSİZ: FİZİKSEL BİR TRAVMA BULUN VE SERBEST BIRAKIN

AŞAMA 1.

Şunu sorun: "Bende (ya da sizde) şimdi serbest bırakabileceğimiz fiziksel bir travma enerjisi var mı?"

- **Cevabınız evet ise 2. Adıma geçin.**
- **Hayırsa, fiziksel travma enerjiniz hiç olmayabilir veya şu anda serbest bırakılamayabilir, bu nedenle farklı bir günde tekrar denemek isteyebilirsiniz.**

ADIM 2.

(Şifre Çözme) Sorun: "Bu enerji hakkında daha fazlasını bilmemiz gerekiyor mu?"*

- **Hayır ise 3. Adıma geçin.**
- **Cevabınız evet ise aşağıdaki sorulardan bir veya birkaçını sorun. Bu sorulardan herhangi birinin cevabı belirlendikten sonra 2. Adıma dönün.**
  - **Şunu sorun: "Oluşma yaşını bilmemiz gerekiyor mu?" Şunu sorun:**
  - **"Bu başka birinden mi öğrenildi?" Şunu sorun: "Bu bir**
  - **yaralanmadan mı kaynaklanıyor?"**
  - **Şunu sorun: "Bu bir ameliyattan mı?" Şunu**
  - **sorun: "Bu bir hastalıktan mı kaynaklanıyor?"**
  - **Şunu sorun: "Bu enerjinin bedendeki yerini bilmemiz gerekiyor mu?"**

Cevabınız evet ise, bunu tespit etmek için bir eleme süreci kullanmak faydalı olabilir. Örneğin, bedeni ikiye bölün ve enerjinin bedenin alt yarısında mı yoksa üst yarısında mı toplandığını sorun. Bedeni soldan sağa bölün ve enerjinin bedenin sol yarısında mı yoksa sağ yarısında mı toplandığını sorun. Bu şekilde bölmeye devam edin ve bedeninizde enerjinin yerleştiği yeri belirleyene kadar sormaya devam edin, ardından Adım 2'ye (Kod Çözme) dönün.

AŞAMA 3.

(İlişkilendirme) Şunu sorun: "Kodunun çözülmesi gereken ilişkili bir dengesizlik var mı?"

- **Hayır ise Adım 4'e (Niyet) geçin.**

- **Cevabınız evet ise (ki bu pek olası değildir), ilgili dengesizliklerin kodunu çözmek ve bunlara değinmek için Beden Kodu Haritasına dönün, ardından buraya geri dönün ve Adım 3'teki (İlişkilendirme) soruyu tekrarlayın.**

ADIM 4.

(Niyet) İlişkili tüm dengesizlikler serbest bırakıldığında ve tüm sorular yanıtlandığında, fiziksel travmayı serbest bırakma niyetini korurken, bir mıknatısla veya elinizle yönetici meridyenin herhangi bir uzunluğu üzerinde üç kez kaydırın.

- **Şunu sorun: "Bu fiziksel travma enerjisini serbest bıraktık mı?"**
  - **Cevabınız evet ise, 1. Adımdan başlayabilir ve daha fazla fiziksel travma enerjisi bulup salıvermek için süreci tekrarlayabilirsiniz.**
  - **Hayırsa, yeniden odaklanın, yardım için dua edin, kalbinizin bunun işe yarayacağına dair sevgi ve şükran hissetmesine izin verin ve niyetle bir kez daha üç kez kaydırın.**

Fiziksel bir travmanın enerjisini salıvermek çoğu zaman kişinin nasıl hissettiğinde ani değişikliklerle sonuçlanır, bu nedenle bu değişikliklerin meydana gelmesini izleyin ve denekinize, salıverilmeden önceki ve sonraki rahatsızlığı nasıl derecelendireceğini sorarak bunları ölçün.

8
ALERJİLER VE FİKİRLER

Gerçek zenginlik sağlıktır, altın ve gümüş parçaları değil.

- MAHATMA GANDİ

Çoğu insan, eğer bir şeye alerjisi varsa, her zaman o şeye alerjisi olacağını düşünür. Ancak bu mutlaka doğru değildir. Diğer tüm semptomlar gibi alerjiler de genellikle altta yatan başka dengesizlikler mevcut olduğunda vücudumuzda ortaya çıkar. Altta yatan nedenler düzeltilirse alerjiler ortadan kalkabilir ve kaybolabilir.

FİZİKSEL ALERJİLER

AÇIKLAMA

Alerjiniz mi var? Kelimenin tam anlamıyla her şeye alerjiniz olması mümkün olsa da yer fıstığı, inek sütü, buğday ve yumurta gibi yiyecekler var olan en alerjik yiyeceklerden bazılarıdır. Ayrıca hayvan tüyü, polen, küfler, toz akarları, bazı ilaçlar, böcek sokmaları, hamamböcekleri, parfümler ve ev kimyasalları da en önemli alerjenlerin listesini tamamlıyor. Amerika'daki yetişkinlerin ve çocukların yüzde 40'a yakınının saman nezlesi olarak bilinen bir tür alerjiden muzdarip olduğu tahmin ediliyor; bu, özellikle ilkbaharda havayı dolduran polene karşı hassasiyetten kaynaklanan sefil bir alerji türüdür. Bunun gibi mevsimsel alerjilerden muzdaripseniz, bunun ne kadar perişan olabileceğini bilirsiniz.

Alerjilerle ilgili büyüleyici şeylerden biri de çoğu durumda insanların hayatları boyunca alerjiye yakalanmamış olmalarıdır. İnsanlar sıklıkla bir şeyler söyler

“Yaklaşık beş yıl öncesine kadar hiç alerjim yoktu. Şimdi her baharda birkaç ay boyunca tamamen perişan oluyorum.”

Fiziksel alerjiler çoğunlukla bağışıklık sistemini arıza durumuna sokan çoklu dengesizliklerin sonucudur. Karaciğerde genellikle tutsak kalmış duygulardan, ağır metallerden veya gıda katkı maddelerinden, pestisitlerden ve herbisitlerden kaynaklanan diğer toksinlerden kaynaklanan dengesizlikler vardır. Bununla birlikte, bazı durumlarda alerjinin altında yatan bir neden yoktur ve alerjinin kendisi enerji dengesizliği olarak değerlendirilebileceğinden kolayca silinebilir.

Fiziksel alerjiler, uzun süreli veya ani duygusal ve/veya fiziksel stres sırasında bilinçaltının belirli bir maddeyle hatalı bir bağlantı kurması sonucu da ortaya çıkar. Bağışıklık sistemi daha sonra maddeyi bir alerjen olarak kabul eder ve gelecekte bu alerjenle karşılaşıldığında olumsuz bir tepki veya reaksiyon meydana gelir. Örneğin, bir şeyi yerken veya içerken üzücü veya travmatik bir şey yaşarsanız, o yiyecek veya içeceğe alerjiniz olabilir. O olayın etrafındaki tutsak kalmış duyguları serbest bırakmak genellikle alerjinin ortadan kalkmasıyla sonuçlanacaktır.

Bilinçaltı, sizi alerjenle ilişkilendirdiği stresten korumak için koruyucu bir önlem olarak fiziksel bir alerji yaratabilir. Bu nedenle kelimenin tam anlamıyla her şeye alerjiniz olabilir.

Alerji belirtileri arasında döküntüler, iltihaplanma, solunum sorunları, tıkanıklık, sinüs tahrişi, gözlerde kaşıntı, eklemlerde ağrı ve daha fazlası bulunabilir.

Neyse ki, Joela'nın bu hikayede bulduğu gibi, çoğu alerji belirtisi Beden Şifresi kullanılarak ve tutsak kalmış duyguların ve altta yatan nedenlerin bulunmasıyla hafifletilebilir.

Sonunda Alerjisiz

Saman nezlesi alerjimi gidermeye çalışırken kendim üzerinde çalışıyordum. Birkaç tutsak duyguyu temizledikten sonra artık semptomsuzum!

- JOELAJ., SWITZERLAND

Alerjilerin ciddiyeti, hayatı tehdit edenden zar zor fark edilene kadar değişir. Şunu da belirtmek benim için önemli: Eğer yaşamı tehdit eden bir alerjiniz varsa, mutlaka altta yatan nedenleri bulup ortadan kaldırın.

Gövde Kodunu kullanın, ancak güvenli tarafta olmak için EpiPen'inizi evde bırakmayın.

Alerjiniz olup olmadığını her zaman biliyor musunuz? Alerjiler her zaman semptomlara neden olur, ancak semptomlar sıklıkla anlaşılmaz. Mesela enerjinizi kaybetmenize neden olan yiyecekler var mı? Günün geç saatlerinde yenildiğinde sizi gece uyanık tutacak belirli yiyecekler var mı? Bunlar, insanların genellikle yedikleri veya içtikleri bir şeye karşı alerjik reaksiyonun bir sonucu olarak şikayet ettiği en yaygın semptomlardan ikisidir.

Fiziksel alerjiniz olduğunu tespit ederseniz hangi maddeye alerjiniz olduğunu belirlemek isteyebilirsiniz. Alerjenin ne olduğunu anlayamıyorsanız endişelenmeyin. Alerjenin kendisini tanımlamaktan ziyade ilişkili dengesizliklerin kodunu çözmek ve serbest bırakmak daha önemlidir. Bunu yapmanın en kolay yolu, hangi alerjen kategorisine ait olduğunu belirlemektir; en yaygın olanı gıdalar, organik maddeler ve kimyasallardır. Bazen sadece kategoriyi tanımlamak yeterlidir.

EGZERSİZ: ALERJİYİ BULUN VE SERBEST BIRAKIN

AŞAMA 1.

Şunu sorun: "Benim (ya da sizin) şu anda serbest bırakılabilecek fiziksel bir alerjiniz var mı?"

- **Cevabınız evet ise 2. Adıma geçin.**
- **Cevabınız hayırsa, hiç fiziksel alerjiniz olmayabilir veya şu anda geçemeyen bir alerjiniz olabilir, bu nedenle farklı bir gün tekrar denemek isteyebilirsiniz.**

ADIM 2.

(Şifre Çözme) Sorun: "Bu alerji hakkında daha fazla bilgiye ihtiyacımız var mı?"

- **Hayırsa Adım 3'e (İlişkilendirme) geçin.**
- **Cevabınız evet ise aşağıdaki sorulardan bir veya birkaçını sorun. Bu sorulardan herhangi birinin cevabı belirlendikten sonra 2. Adıma (Kod Çözme) dönün.**
  - **Şunu sorun: "Alerjeni belirlememiz gerekiyor mu?"**
  - **Cevabınız evet ise, test edebileceğiniz bazı yaygın alerjiler şunlardır:**

Yer fıstığı	**Balık**	**Toz akarları**
İnek sütü	**susam**	**İlaçlar**
Buğday	**Yumurtalar**	**Böcek sokmaları veya ısırıkları**
Soya	**Hayvan kepeği**	**Hamamböcekleri**
Fındık ağacı	**Polen**	**Parfümler**
Kabuklu deniz ürünleri	**Kalıplar**	**Ev kimyasalları**

  - **Şunu sorun: "Oluşma yaşını bilmemiz gerekiyor mu?"**
  - **Şunu sorun: "Bu başka birinden mi öğrenildi?" Şunu**
  - **sorun: "Bu belirli bir olaya mı ait?"**

AŞAMA 3.

(Çağrışım) Fiziksel alerjiler neredeyse her zaman, alerjene verilen bilinçaltı tepkisini sıfırlamak için temizlenmesi gereken tutsak kalmış duygular gibi ilişkili dengesizliklere sahiptir.

- **Şunu sorun: "Kodunun çözülmesi gereken ilişkili bir dengesizlik var mı?"**
- **Hayır ise Adım 4'e (Niyet) geçin.**
  - **Cevabınız evet ise, ki bu muhtemelen, Vücut Kodu Haritasına geri dönün ve ilgili dengesizliklerin kodunu çözüp adresleyin, ardından buraya geri dönün ve Adım 3 (İlişkilendirme) sorusunu tekrarlayın.**

ADIM 4.

(Niyet) Alerjiyi salıverme niyetini sürdürürken, bir mıknatısla veya elinizle yönetici meridyenin herhangi bir uzunluğu üzerinde üç kez kaydırın.

ADIM 5.

Şunu sorun: "Bu fiziksel alerjiyi serbest bıraktık mı?"

- **Cevabınız evet ise, 1. Adımdan başlayabilir ve isterseniz başka bir alerji bulmak için işlemi tekrarlayabilirsiniz.**
- **Hayırsa, yeniden odaklanın, yardım için dua edin, kalbinizin bunun işe yarayacağına dair sevgi ve şükran hissetmesine izin verin ve niyetle bir kez daha üç kez kaydırın.**

ALERJİLERİ ORTADAN KALDIRMAK İÇİN YARARLI İPUÇLARI

Spesifik alerjenin ne olduğunu anlayabiliyorsanız ve bunun altında yatan nedenleri tedavi edebiliyorsanız, deneğin yaklaşık yirmi dört saat boyunca söz konusu maddeyle herhangi bir temastan kaçınması iyi bir fikirdir. Bu, vücudun alerji salınımını tamamen işlemesine olanak tanır.

FİKİR ALERJİSİ

AÇIKLAMA

Bir fikre alerjinin olmasının aslında mümkün olduğunu keşfettim! Açıklamama izin ver. Çileğe alerjiniz varsa bilinçaltınız, dolayısıyla bağışıklık sisteminiz, çileği çileğe dönüştüren eşsiz frekans ve titreşimle ilgili bir sorun yaşar. Sonuçta çilek enerjidir. Belirli bir fikir de bir enerjidir ve kendine özgü bir frekansı ve titreşimi vardır. Sonuç olarak belirli bir fikre karşı alerji geliştirmeniz mümkündür.

Örneğin iyileşme fikrine alerjiniz varsa sonuçların ne olabileceğini düşünüyorsunuz? Ya partnerinizin bağlılık fikrine alerjisi varsa? Bunun gibi fikir alerjileri, istediğiniz hayatı yaratma yeteneğinize zarar verebilir. Para fikrine alerjiniz varsa sonuçların ne olabileceğini düşünüyorsunuz? Ann'in hikayesinde fikir alerjisinin ne kadar büyük bir etki yaratabileceğini göreceksiniz.

Başarıya Alerjik

Beden Kuralları ile çalışmaya başlamadan önce uzun yıllar serbest meslek sahibiydim. Biraz başarı elde etmiştim ama asla aşamayacağım bir gelir engeliyle karşılaşıyordum.

Beden Kodunu kullanarak, bunun hayatımın bu alanında nihayet "başarılı olmama" yardımcı olup olamayacağını görmeye karar verdim. Hemen bir fikir alerjisine yöneldim ve küçük bir testle, bu fikir alerjisinin, çok para kazanırsam evliliğimi mahvedeceğine dair bilinçaltı bir inanca dayandığını anlayabildim!

Bu fikir alerjisini üç hızlı kaydırmayla temizledim. O bloğu kaldırmanın sonuçlarını ne kadar çabuk göreceğime dair hiçbir fikrim yoktu. Bir aydan kısa bir süre içinde gelirim iki katından fazla arttı ve sonunda peşinde olduğum aylık gelir hedefine ulaştım ve bu hedefin üzerine çıktım.

- Ve*Asla*yıllardır vuruyor. Üstelik o günden bu yana geçen altı yılda aylık gelirim, uzun süredir peşinde olduğum hedefin altına bir kez bile düşmedi.

Bu arada, harika kocam ve ben yeminlerimizi yenilediğimiz yirmi beşinci evlilik yıldönümümü yeni kutladım. O bolluk bloğundaki Beden Kodunu kullanmanın hayatımda yarattığı fark olağanüstü!

- ANNH., R.HODEBENSLAND, SENNİTEDSTATES

Fikir alerjileri genellikle bilinçaltının belirli bir fikirle (herhangi bir düşünce, duygu, kavram, olay, eylem, kişi, yer veya şey) hatalı veya olumsuz bir bağlantı kurması sonucu ortaya çıkar. Bu genellikle uzun süreli veya ani duygusal ve/veya fiziksel stres sırasında meydana gelir. Bu fikir bilinçaltı tarafından bir sorun olarak algılanır ve bu fikirle karşılaşıldığında olumsuz bir tepki veya tepki ortaya çıkar. Bir fikir alerjisi, Teresa'nın bir sonraki hikayede bulduğu gibi, fiziksel acıya bile neden olabilir.

Yalnızlık Fikri

Arkadaşım bana yazarak her iki kalçasında da ani ve şiddetli bir ağrı oluştuğunu ifade etti. Bunun önceden var olan bir rahatsızlıkla ilgili olabileceğini varsayarak kendini rahat ettirmek için elinden geleni yaptı, hatta daha fazla rahatlık sunabilecek bir yatak ararken yeni bir yatak örtüsü bile aldı.

Tutsak kalmış duygular ve dengesizlikler açısından vücudunu kontrol etmeyi teklif ettim. Ortaya çıkan şey şaşırtıcıydı. Vücudu, kalça ağrısıyla ilişkili bir fikir alerjisi olduğunu gösteriyordu. Beş yaşındayken yalnızlık fikrine karşı alerji geliştirmişti. Dengesizliği serbest bıraktım ve ona daha sonra nasıl olduğunu görmek için kontrol edeceğimi söyledim.

On iki saat içinde şöyle yazdı: “Seni korusun, seni kutsasın ve seni tekrar kutsasın! Bu sabah kalça ağrım o kadar az ki, sanki tamamen geçiyormuş gibi hissediyorum! Bir yan bonus da şiltelere bakmayı bırakabilmem! Ama gerçekten çok büyük bir rahatlama oldu çünkü ağrı ani ve oldukça şiddetliydi ve şimdi aynı hızla bedenimi terk ediyor. Ben*çok daha rahat!*” Her ikimiz de Beden Yasası'nın bu acıyı çözmek için hızlı ve etkili bir araç olmasına son derece minnettardık. Ne büyük bir nimet!

- TERESAR., CCEZAYİR, CANADA

Bilinçaltı, sizi fikirle ilişkilendirdiği stresten korumak ve stresli geçmişin tekrarlanmasını önlemek için koruyucu bir önlem olarak fikir alerjisi yaratabilir.

Fikir alerjisi semptomları elbette fiziksel alerji semptomlarından farklı şekilde ortaya çıkar ve sıklıkla kendini sabote etme, duygusal tepkisellik, kaçınma ve hatta fobileri içerir. Bazen fikir alerjisi son hikayede olduğu gibi fiziksel bir semptomla sonuçlanabilir. Bilinçaltı zihin, belirli bir fikre yakın olmaktan kaçınmak amacıyla her türlü semptomu üretmekte özgürdür, bu nedenle açık fikirli olun. Unutmayın, "Her şey her şeye neden olabilir."

Fikir alerjileri neredeyse her zaman, bilinçaltının fikre verdiği tepkiyi sıfırlamak ve etkisiz hale getirmek için temizlenmesi gereken, tutsak kalmış duygular gibi ilişkili dengesizliklere sahiptir.

Bu arada, alerji fikriyle ilişkilendirilen herhangi bir maddeye karşı fiziksel alerji görülmesi de yaygındır. (Örneğin, evliliğinize karşı bir fikir alerjiniz varsa, partnerinizin parfümüne karşı da fiziksel bir alerji geliştirebilirsiniz.) Fikir alerjileri, belirli bir fikir hakkında olumsuz duygular uyandırarak duygusal seçimleri etkiler.

EGZERSİZ: BİR FİKİR ALERJİSİ BULUN VE SERBEST BIRAKIN

AŞAMA 1.

Şunu sorun: "Benim (ya da sizin) şu anda serbest bırakılabilecek fiziksel bir alerjiniz var mı?"

- **Cevabınız evet ise 2. Adıma geçin.**
- **Cevabınız hayırsa, hiç fiziksel alerjiniz olmayabilir veya şu anda geçemeyen bir alerjiniz olabilir, bu nedenle farklı bir gün tekrar denemek isteyebilirsiniz.**

ADIM 2.

(Şifre Çözme) Sorun: "Bu alerji hakkında daha fazla bilgiye ihtiyacımız var mı?"

- **Hayırsa Adım 3'e (İlişkilendirme) geçin.**
- **Cevabınız evet ise aşağıdaki sorulardan bir veya birkaçını sorun. Bu sorulardan herhangi birinin cevabı belirlendikten sonra 2. Adıma (Kod Çözme) dönün.**
  - **Şunu sorun: "Alerjeni belirlememiz gerekiyor mu?"**

Cevabınız evet ise, daha derine inmek için gösterilen Fikir Alerjenleri tablosunu kullanın. Tutsak kalmış bir duyguyu bulmak için daha önce özetlediğim süreçte olduğu gibi, bu fikir alerjisinin hangi sütunda olduğunu sormak için kas testini kullanın, ardından satırı bulun ve onu belirli bir fikir alerjisine göre daraltın. Bu grafiğin her şeyi kapsamadığını ancak çoğu durumda işi yapabilecek kadar geniş olduğunu unutmayın.

FİKİR ALERJENLERİ

FİKİR ALERJENLERİ			
	A	B	C
1	Yük olmak Bunalmış olmak Yaralanmak Travma geçirmek Kontrol eksikliği Kötü şeyler sen kontrol edemiyorum	Kurban olmak Hayatta kalan olmak Sorumlu olmak (____'den) Kontrol Değiştirmek Bağımsızlık	Yapı değerli/önemli İhtiyaç duyulmak veya aranan Saygı duyulmak Layık olmak Bir desteğe sahip olmak sistem Bağlılık
2	algıladığınız kusurlar Çirkin olmak/hissetmek Kendine ihanet etmek Herhangi bir şeye sahip olmak iyi hissetmek Güvensiz hissetmek Kapana kısılmış hissetmek	Kendi düşüncelerin Kendi davranışın Kişiliğiniz Kendin Büyümek Hayat	Aşk Sevgi vermek Sevgiyi almak Bağlantı Salıverme ile gitmek akış
3	Hasta olmak Tükenmişlik Bitkin hissetmek Ağrı veya rahatsızlık Yapı şüphelenilen/güvenilmeyen Suçlanmak	Hayatta olmak Yaşlanma Ölüm Birine ihtiyaç duymak Dram Yanılmak	İyi olmak Kendine güven Kendi kendine bakım Olumlu kılmak değişiklikler Motive olmak sağlıklı olmak

FİKİR ALERJENLERİ			
4	Yalan söylenmesi Aldatılmak Manipüle edilmek İhanete uğramak Sadakat eksikliği Hayal kırıklığına uğratılmak	Seni gören insanlar gibi ____ Fark edilmek İsteyen insanlar senden gelen şeyler Güvenlik Açığı İlişkiler genel Yanlış (veya doğru kişi	Enerji sahibi olmak Genç olmak Çekici olmak Kendin olmanın güvenli olduğunu hissetmek Huzurlu hissediyorum Yaratıcı olmak
5	Aşırı güçlü olmak Başkasının acı çekmesi Diğerinin olumsuz duygular Reddedilmek Yargılanmak Eleştirilmek	Ayarlama/bakım sınırlar Sahip olmak/yaratmak aile Doğum Evlilik Değiştirme sağlıksız dinamikler Senin gibi olmak ebeveynler	Kullanma/keşfetme yetenekler Sevinç veya mutluluk Kendinden emin Yerine Getirme İlerlemek Tutku
6	Bağlantının kesilmesi Yalnızlık Kendini tekrar eden geçmiş Savaş Boşanmak Ayrılmak	seninkini terk etmek aile İlerlemek Genel olarak para Para harcamak Belirli bir kişi Belirli bir konum	Merak Hoşnutluk Minnettarlık Heyecanlanmak Başarı Varlık

FİKİR ALERJENLERİ			
7	Görünmez olmak Arıza Para kaybetmek Fakir olmak Başarısızlık Duygu (kullanım Duygu Kodu Çizelge)	Belirli bir rol Bir ilişki dinamik/rol Görünür olmak Hedefler İş Hatta takas enerji	Para kazanmak Para biriktirmek Para alma Para yükleme Alma ödüller Hediye almak, vesaire.

Belirli bir alerjen fikrini bulduğunuzda, 2. Adıma (Kod Çözme) dönün ve bilmeniz gereken daha fazla şey olup olmadığını sorun. Alerjen hakkında daha fazla bilgiye ihtiyacınız yoksa 3. Adıma (İlişkilendirme) gidin, aksi takdirde aşağıdaki soruları sorabilirsiniz:

- **Şunu sorun: "Oluşma yaşını bilmemiz gerekiyor mu?"**
- **Şunu sorun: "Bu başka birinden mi öğrenildi?" Şunu**
- **sorun: "Bu belirli bir olaya mı ait?"**

AŞAMA 3.

(Çağrışım) Fikir alerjileri neredeyse her zaman, fikre (alerjen) karşı bilinçaltı tepkisini sıfırlamak için temizlenmesi gereken, tutsak kalmış duygular gibi ilişkili dengesizliklere sahiptir.

- **Şunu sorun: "Kodunun çözülmesi gereken ilişkili bir dengesizlik var mı?"**
- **Hayır ise Adım 4'e (Niyet) geçin.**
- **Cevabınız evet ise, ki bu muhtemelen, Vücut Kodu Haritasına geri dönün ve ilgili dengesizliklerin kodunu çözüp adresleyin, ardından buraya geri dönün ve Adım 3 (İlişkilendirme) sorusunu tekrarlayın.**

ADIM 4.

(Niyet) Alerjiyi salıverme niyetini sürdürürken, bir mıknatısla veya elinizle yönetici meridyenin herhangi bir uzunluğu üzerinde üç kez kaydırın.

ADIM 5.

Şunu sorun: "Bu fikir alerjisini serbest bıraktık mı?"

- **Cevabınız evet ise, 1. Adımdan başlayabilir ve isterseniz başka bir alerji fikri bulmak için süreci tekrarlayabilirsiniz.**
- **Hayırsa, yeniden odaklanın, yardım için dua edin, kalbinizin bunun işe yarayacağına dair sevgi ve şükran hissetmesine izin verin ve niyetle bir kez daha üç kez kaydırın.**

FİKİR ALERJİSİ ÜZERİNE DÜŞÜNCELER

İşte fikir alerjileri tartışmamızla çok alakalı bulduğum bir alıntı:

Bilinçaltı zihin yapıcı ve yıkıcı düşünce dürtüleri arasında hiçbir ayrım yapmaz. Onu beslediğimiz materyalle, düşünce dürtülerimiz aracılığıyla çalışır. Bilinçaltı zihin, cesaret veya inançla yönlendirilen bir düşünceyi gerçeğe dönüştürdüğü kadar, korkuyla yönlendirilen bir düşünceyi de gerçeğe dönüştürecektir.

- NAPOLEONHHASTA

Odaklanmanızın ister bilinçli ister bilinçaltı olsun gerçekliğinizi belirlediğini unutmayın!

9
SALDIRI ENERJİLERİ

Kimsenin kirli ayaklarıyla aklımda dolaşmasına izin vermeyeceğim.

- MAHATMA GANDİ

Her biri enerji alanınızda çarpıklıklar yaratabilen ve yaşamınızı sabote edebilen çeşitli türde saldırgan enerjiler vardır. Bunlar diğer insanların bilinçaltı zihinleri tarafından, varlıklar tarafından yaratılabilir ve hatta bazen bunları kendimiz bile yaratabiliriz. Bu dengesizlik kategorisi sabotajcıları ve varlıkları içerir.

Saboteurs

Entities

SABOTEÖRLER

AÇIKLAMA

Sabotajcı, genellikle başka bir kişiden veya varlıktan gelen, alıcıyı yaralamayı ve/veya sabote etmeyi amaçlayan güçlü bir negatif enerjidir. Sabotajcılar görünmez fakat zarar veren silahlara, yaralara veya kontrol mekanizmalarına benzetilebilir.

Çoğu sabotajcı bilinçaltı tarafından yaratılmıştır ve alıcıya yönelik olumsuz duyguların ifadesidir. Bazı sabotajlar, genellikle devam eden veya yoğun bir kendini istismar varsa, kendi kendine yapılabilir. Sabotajcılar fiziksel rahatsızlığa neden olabilir ve iyileşme sürecine müdahale edebilir.

Başka hiçbir şey işe yaramadığında, bir sabotajcıyı bulmanın ve ortadan kaldırmanın nasıl yardımcı olduğuna dair bir örnek.

Favori Müşterim

Sekiz yaşındaki müşterim Maria'nın iyileştiği o harika günü her zaman hatırlayacağım. Kronik siyatiği ortadan kaldırmak için çalışmak üzere sekizinci Vücut Kodu seansı için zar zor ofisime geldi. Yüzündeki ve vücudundaki acıyı görmek yürek parçalayıcıydı. Attığı her adımın dayanılmaz acılara neden olduğunu fark etmek kolaydı. Seansın yaklaşık on dakikasında, "Aman Tanrım, GİTTİ!" diye bağırdı. "Ne gitti?" dedim. “ACIM!” dedi. Bu kulaklarıma müzik gibi geliyordu! Aynı anda hem güldük hem de ağladık.

Bir enerji sabotajcısı olduğu ortaya çıktı. Ne yazık ki, ona çok yakın biri on yıl önce sırtının beline enerjik bir “bıçak” koymuştu. Çıkarıldığında gülümsüyordu ve dans etmek istediğini hissetti. O zamandan beri bu acıdan kurtuldu. Müşterinin annem olduğu için favorim olduğunu söylemeliyim. Tanık olduğum şifalar inanılmaz! İnsanların iyileşmesini sağlayan kanal olmayı seviyorum.

- DEBORAB., ARİZONA, senNİTEDSTATES

Sabotajcı enerjisini bulmak ve serbest bırakmak için genellikle çok fazla bilginin kodunu çözmek gerekli değildir, ancak silahın türü ve vücuttaki konumu, üzerinde düşünülmesi ilginç veya yararlı olabilecek metafiziksel bir öneme sahip olabilir (örneğin, bir "bıçak") arkada bir ihanet anlamına gelebilir).

EGZERSİZ: BİR SABOTÖRÜ BULUN VE SERBEST BIRAKIN

AŞAMA 1.

Şunu sorun: "Benim (ya da sizin) şimdi bulup ortadan kaldırabileceğimiz bir sabotajcı var mı?"

- **Cevabınız evet ise 2. Adıma geçin.**
- **Hayırsa, sabotajcınız olmayabilir veya daha sonra tekrar denemeniz gerekebilir.**

ADIM 2.

(Şifre Çözme) Sorun: “Bu sabotajcı hakkında daha fazlasını tanımlamaya gerek var mı?”

- **Hayırsa Adım 3'e (İlişkilendirme) geçin.**
- **Cevabınız evet ise aşağıdaki sorulardan bir veya birkaçını sorun. Bu sorulardan herhangi birinin cevabı belirlendikten sonra 2. Adıma (Kod Çözme) dönün.**
  - **Şunu sorun: “Bu enerjinin bedendeki yerini bilmemiz gerekiyor mu?” Şunu**
  - **sorun: “Bu bir silah mı?”**
  - **Şunu sorun: “Bu bir yara mı?”**
  - **Şunu sorun: “Bu bir kontrol mekanizması mı?”**
  - **Şunu sorun: “Oluşma yaşını bilmemiz gerekiyor mu?” Şunu sorun:**
  - **"Bu bir varlık (veya bir insan) tarafından mı yerleştirildi?"**

AŞAMA 3.

(İlişkilendirme) Şunu sorun: "Kodunun çözülmesi gereken ilişkili bir dengesizlik var mı?"

- **Hayır ise Adım 4'e (Niyet) geçin.**
  - **Cevabınız evet ise, Vücut Kodu Haritasına geri dönün ve ilgili dengesizliklerin kodunu çözün ve adresleyin, ardından buraya geri dönün ve Adım 3 (İlişkilendirme) sorusunu tekrarlayın.**

ADIM 4.

(Niyet) Sabotajcıyı serbest bırakma niyetini korurken, bir mıknatısla veya elinizle yönetici meridyenin herhangi bir uzunluğu üzerinde üç kez kaydırın.

ADIM 5.

Şunu sorun: "Sabotajcı enerjiyi serbest bıraktık mı?"

- **Cevabınız evet ise, 1. Adımdan başlayabilir ve sahip olabileceğiniz ek sabotajcı enerjiyi bulup serbest bırakmak için süreci tekrarlayabilirsiniz.**
- **Hayırsa, yeniden odaklanın, yardım için dua edin, kalbinizin bunun işe yarayacağına dair sevgi ve şükran hissetmesine izin verin ve niyetle bir kez daha üç kez kaydırın.**

KURUMLAR

AÇIKLAMA

Etrafımızda görünmeyen, genelde farkında olmadığımız ama hayatımızı derinden etkileyen bir dünya var. Peki ruhlar, hayaletler ve diğer varlıklar gerçek midir?

Varlıklar ya da karanlık ruhlar hassas bir konu ve ben bu konuya biraz tereddütle yaklaşıyorum. Her çağdaki şifa yöntemleri, varlıkların önemini ve bunların fiziksel ve zihinsel sağlık üzerindeki etkilerini kabul ederken, şifa dünyasına nispeten yeni gelen modern Batı tıbbı, varlıkların varlığını hiç tanımıyor.

Üç yıllık hizmeti boyunca İsa'nın varlıklardan kurtulmakla meşgul olduğu anlaşılıyor. Otuz yedi şifa mucizesinden yedisi

insanları zihinsel veya fiziksel hastalıklarından kurtarmak için karanlık ruhları kovmak.

Batının farmasötik temelli tıbbı, semptomları baskılamak için reçeteli ilaçlar lehine görünmeyen ruhların üzerimizdeki etkisinin olasılığını reddederken, eski insanlar varlıkların bilinçli olarak farkındaydı.

Bazen insanlar bu konudan, “hayaletlerden” ya da kötü ruhlardan korkarlar. Ancak korkmanıza gerek yok çünkü çoğu durumda Beden Kuralları ile bunlarla etkili bir şekilde başa çıkılabilir. Konu sizi rahatsız ediyorsa ya da varlıkların gerçek olma ihtimaline zihniniz kapalıysa bir sonraki bölüme geçebilirsiniz. Ama umarım kalbinizi ve zihninizi açarak varlığımız hakkında tam olarak anlamadığımız pek çok şey olduğunu fark edersiniz.

Peki bu varlıklar kim ve nedir ve onlarla en sık nasıl karşılaşırız?

KURULUŞ TÜRLERİ

Bu dünyada iki tür varlığın olduğuna inanmaya başladım: bedensiz ruhlar ve bedensiz ruhlar. Bedensiz ruhlar veya "hayaletler", genellikle ölümlü deneyimlerinden dolayı hala tutundukları bağımlılıklar nedeniyle ışığa gitmedikleri ve yollarına devam etmedikleri için ölen ancak "dünyaya bağlı" kalan insanların ruhlarıdır.

Örneğin, alkol bağımlısı bir kişi, yaşayan bir kişinin bedeni aracılığıyla sarhoşluk deneyimleme çabasıyla, yeryüzünde kalabilir ve insanların içki içtiği yerlerde yaşayabilir.

Pornografi bağımlısı bedensiz bir ruh, duyarlı bir kişiye düşünce ve fikirleri aşılayarak onu pornografiye baktırabilir, sonra geçici olarak o kişinin bedenine girerek bu cinsel duyguları boğuk bir şekilde de olsa yeniden hissetmeye çalışabilir. Bedensiz ruhlara sıklıkla “kirli ruhlar” da denildiğini unutmayın.

Diğer sınıf varlıklara genellikle bedensiz ruhlar veya kötü ruhlar denir. Bu ruhlar hiçbir zaman kendilerine ait bir ölümlü bedende yaşamı deneyimlememişlerdir; kendilerini insanları yanıltmaya ve kafa karışıklığı ve kaos yaratmaya adamıştırlar.

Varlıklar tanımlanmaz, kaldırılmaz ve gönderilmezse sinsi olabilir. Mutsuzluk yaratmaktan, kontrolü ele geçirmekten ve bireylerin haklarını çalmaktan hoşlanırlar.

onların kişisel özgürlüğü. Oldukça şiddetli olabilen depresyon ve öfke gibi duygusal sorunlara neden olabilirler. Ayrıca hastalığa ve acıya neden olabilirler ve iyileşmeyi ve başarıyı engelleyebilirler. Kök neden dengesizliklerinin, kuruluşlar işin içine girdiğinde tespit edilmesi daha zor olabilir.

Her iki türden varlıklar, terazinin alt titreşim ucundaki şeylere çekilir veya çekilir. Şiddetin eğlence olarak gösterilmesi de dahil olmak üzere her türlü şiddet onları cezbedebilir. Pornografi onları cezbediyor ve ben şahsen tüm pornografinin bir tür manevi şiddet olduğuna inanıyorum. Belirli türdeki yoğun veya karanlık müzikten etkilenirler, bu nedenle müziğin ilham verdiği enerjinin farkında olun. Eğer karanlık enerjiye sahip herhangi bir şey deneyimliyorsanız, varlıkların her türlü karanlığa çekildiğini unutmayın.

Öte yandan, eğer bir atılım yapmak veya dünyaya daha fazla ışık getirmek üzereysek, varlıklar da bize çekici gelebilir ve buna karşıtlık sağlayacaklardır. Ve bazen Beth'in bir sonraki hikayede öğrendiği gibi görünürde bir sebep yokken ortaya çıkıyorlar.

İnatçı Bir Varlık

Geçen hafta kız kardeşim ve ben bazı ruhani konuları tartışırken birdenbire belimde, açıklanabilir hiçbir fiziksel nedeni olmayan, dayanılmaz ve yakıcı bir ağrı hissettim. Yardım almadan oturduğum yerden kalkamıyordum veya ağırlığımı taşıyamıyordum. Ayağa kalktığımda bir üşüme hissettim *vızıldamak* sırtıma hava darbesi. Duygu Şifresi'ni kullanarak dengesizlikleri aramaya başladık ve birkaç tutsak duyguyu bulup ortadan kaldırdık, ama ben çok perişan oldum ve seansı kısa kesmek zorunda kaldım, dolayısıyla durumum büyük ölçüde değişmedi.

Ertesi gün, sıkıntım arttı ve derin bir sıkıntı yaşadım ve zar zor yürüyebiliyordum. Hiçbir şey sırt rahatsızlığımı hafifletmeye yardımcı olmadı, reçeteli ilaçlar bile. Beden Kurallarını kullanma sertifikasına sahip başka bir aile üyesinden yardım istedim. Göndermeye çalıştığı bir sabotajcı ve varlıklar buldu. Ancak durumum düzelmedi. Sonraki birkaç gün boyunca rahatsızlığım o kadar yoğun ve acımasızdı ki, çaresizlikten profesyonel bir masöz ve bir Reiki sağlayıcısına gittim, ancak bu da çok az iyileşme sağladı.

Savaşmadan ayrılmayı reddeden inatçı bir varlıkla ilgili daha önceki bir deneyimimi hatırladım, bu yüzden varlıkların gerçekten gidip gitmediğini kontrol etmek için ikinci bir Beden Kodu oturumu denemeye karar verdim. Varlıkların ve sabotajcının hâlâ orada olduğunu gördük. Hıristiyan olduğum için varlıklara İsa Mesih adına ayrılmalarını ve silahlarını yanlarına almalarını emrettik. Odanın enerjisinde bir değişiklik hissettik ve bunu deneyimledim.*ani*e sırtımda derin bir rahatlama.*Vay!*O gece Rabbime şükrettim ve aylardır yaşadığım en huzurlu uykuyu çektim. Negatif enerjileri tanımlamaya yardımcı olan harika bir araç olan Beden Koduna çok minnettarım. Mesih'in gücünü çağırarak bu negatif enerjileri yok etme yeteneğine sahip olduk!

- BETHB., TEXAS'lar, sennİTEDSTATES

Beden Kodunu kullandığınızda, birlikte çalıştığınız kişilerin hayatlarındaki karanlığı salıveriyorsunuz. Karanlık, ışık ve sevgiyle defedilir. Karanlık enerjiler kimsenin iyileşmesine ve mutlu olmasına yardım etmenizi istemez. Varlıklar, eğer yapabilirlerse, sizi şüphe, umutsuzluk ya da başka olumsuz düşünce ya da duygu hissetmeye sevk ederek çabalarınızı engellemeye çalışacaklardır. Aradığınız cevapları bulabilmek için bunların farkına varıp onlardan kurtulmak iyidir. Benim ve diğerlerinin yaşadığı deneyimlerden ve diğer insanların hem eski hem de modern deneyimlerini incelemekten, bu varlıklardan korkulmaması gerektiğini açıkça görüyorum. İçimizde korku yaratmak istiyorlar, bu doğru. Ancak taktikleri illüzyondur. Yaptığımız seçimlerle onları bizim üzerimizde güç sahibi olmaya davet etmediğimiz sürece, onların üzerimizdeki güçleri sınırlıdır.

Uygulayıcılarımızdan birinden, danışanı bütünlüğe kavuşturduğu çeşitli dengesizlikleri içeren güzel bir şifa hikayesini paylaşan bir mektup aldık.

Ağırlık Kaldırıldı

Çocukluğunda cinsel istismar nedeniyle travma sonrası stres bozukluğu yaşayan yeni bir müşteri geldi. Miasmları, varlıkları ve olumsuz duyguları salıverirken seansın büyük bölümünde ağladı. Rahatlamaya başladığını ve derin nefesler aldığını görebiliyordum. Seansın sonunda patladı

gülüyordu çünkü kendini çok rahatlamış hissediyordu. Ertesi gün ondan aldığım e-posta şöyle:

"Kendimi çok rahat ve rahat hissediyorum. Duygusal arınmamızda ortaya çıkanları en iyi şekilde tanımlayacak kelimeleri bulmaya çalışıyorum. Ofisinizden ayrıldıktan sonra sanki yüz kilo vermişim gibi inanılmaz bir ağırlığın kalktığını hissettim. Zihnim yeni bir şekilde sessizleşti. İç çatışmanın olmaması, kabus ya da titremenin olmaması. Panik ve korku yoktur. Tamamen rahatlamış ve İlahi Işık tarafından teselli edilmiş, kendime geri döndüğümün ezici duygusunu hissediyorum.

"Kendimi bir korku kitabındaki hikayeden çıkarılmış ve yeni bir yol açılmış bir karakter gibi hissediyorum. İnanılmaz derecede minnettar hissediyorum. Hayatımın getirdiklerinden mutluluk duyuyorum. Güvende hissediyorum. Uzun zamandır kendimi güvende ve tamamen rahat hissetmemiştim. Ofisinizde gördüğümü söylediğim çocukluğum imajına yeniden kavuşuyorum. Açık bir zihin ve açık bir yürekle dua ediyorum. Aslında ışığın beni neye ve nereye götüreceğini öğrenmenin heyecanı içindeyim. Bunu anlatabileceğim en iyi yol, dünyayı ilk kez renkli görebilmek olurdu, tıpkı o bölgede olduğu gibi.*Oz sihirbazı,*eksi engeller. Uzun zamandır karanlıkta sıkışıp kalmıştım."

- JBİR AĞG., MAINE, sennİTEDSTATES

Deneyimlerime göre, hastalarım için aşağıdaki semptomlara varlıkların katkıda bulunduğunu buldum:

- Tükenmişlik
- Fiziksel rahatsızlık
- Olumsuzluk ve ruh hali
- sorunları
- Sıkışmış hissi
- Hareketsiz veya bunalmış hissetme Kendini
- sabote etme
- Kendine veya
- başkalarına öfke
- Depresyon
- Zihinsel hastalık
- Kabuslar

Bir varlığı bulup serbest bırakmak, bu semptomların çoğunun hafifletilmesine yardımcı olabilir.

ALIŞTIRMA: BİR VARLIĞI BULUN VE SERBEST BIRAKIN

AŞAMA 1.

Şunu sorun: "Ben [veya sizin] beni [veya sizi] etkileyen bir varlık veya varlıklar var mı?"

- **Cevabınız evet ise 2. adıma geçin.**
- **Hayırsa, şu anda sizi etkileyen bir varlık olmayabilir veya daha sonra tekrar denemeniz gerekebilir.**

ADIM 2.

(İlişkilendirme) Şunu sorun: "Kodunun çözülmesi gereken ilişkili bir dengesizlik var mı?"

- **Hayır ise Adım 3'e (Niyet) geçin.**
- **Cevabınız evet ise, ilgili dengesizliklerin kodunu çözmek ve bunlara değinmek için Vücut Kodu Haritasına dönün, ardından buraya geri dönün ve Adım 2 (İlişkilendirme) sorusunu tekrarlayın.**

AŞAMA 3.

(Niyet)

- **Dua özellikle varlıklarla uğraşırken faydalıdır. Bir**
- **varlığı kaldırmak için üç seçenek vardır.**
  - **İlk seçenek, varlığı serbest bırakma niyetini taşıyan yönetici meridyenin herhangi bir uzunluğu üzerinde bir mıknatısla veya elinizle üç kez basitçe kaydırmaktır.**
  - **İkinci seçenek, varlığın varlığını kabul etmek, şefkat ve sevgi titreşimlerini varlığa odaklamak ve varlığı serbest bırakmak için bir mıknatısla veya elinizi yönetici meridyenin herhangi bir uzunluğuna üç kez kaydırıp onu başka bir yere gönderme niyetinde olmaktır. ışık.**
  - **Üçüncü seçenek, bir mıknatısla veya elinizi yönetici meridyenin herhangi bir uzunluğu üzerinde üç kez kaydırarak şu anlama gelen kelimeleri söylemektir: "Varlık (veya çoğulsa Varlıklar), İsa Mesih (veya Yaratıcı, Yüksek Güç) adına vb.), bu kişiden ayrılmanızı ve onu bir daha rahatsız etmemenizi emrediyorum."**

ADIM 4.

Şunu sorun: "Bu varlığı (veya varlıkları) serbest bıraktık mı?"

- **Cevabınız evet ise, 1. Adımdan başlayabilir ve kalan varlıkları bulup serbest bırakmak için işlemi tekrarlayabilirsiniz.**
- **Hayırsa, yeniden odaklanın, yardım için dua edin, kalbinizin bunun işe yarayacağına dair sevgi ve şükran hissetmesine izin verin ve niyetle bir kez daha üç kez kaydırın.**
- **Varlıkları serbest bıraktıktan sonra lanetlerin veya sabotajcıların varlığını kontrol etmek iyi bir fikirdir.**
- **Nadir durumlarda varlıkların gitmesi için oruç tutmak ve dua etmek gerekebilir.**
- **Gelecekteki varlık dengesizliği olasılığını azaltmak için, titreşimi yükseltmeye ve enerji bedeninde ve enerji alanında/aurasında bütünlük ve denge yaratmaya odaklanan bazı hedefli Beden Kodu çalışmaları yapmak isteyebilirsiniz. Ayrıca kişisel gücünüze veya fiziksel ve enerjik bedeninizin sağlığına müdahale edecek her şeyden kaçınmanız önerilir.**

KURUMLARLA İLİŞKİLERDE FAYDALI İPUÇLARI

Dua özellikle varlıklarla uğraşırken faydalıdır. Varlıkları serbest bıraktıktan sonra sabotajcıların varlığını kontrol etmek iyi bir fikirdir. Nadir durumlarda varlıkların gitmesi için oruç tutmak ve dua etmek gerekebilir. Gelecekteki bir varlığa bağlanma olasılığını azaltmak için, enerji bedeninde ve enerji alanında veya aurada titreşimi yükseltmeye ve bütünlük ve denge yaratmaya odaklanan bazı hedefli Beden Kodu çalışmaları yapmak isteyebilirsiniz. Ayrıca kişisel gücünüze veya fiziksel ve enerjik bedeninizin sağlığına müdahale edecek her şeyden kaçınmanız önerilir.

MELEKLERİN VE VARLIKLARIN GÖRÜNMEYEN DÜNYASI

Bu dünyada bizimle birlikte yaşayan karanlık ruhlar olduğu gibi, ışık ruhları veya melekler de vardır.

Dünya gezegenine gelmeden önce yaşadınız mı?

Hepimizin şimdiki yaşamdan önce nerede olduğumuza dair farklı inançları var. Bazı insanlar reenkarnasyona inanıyor. Ben bu fikirde bir değişiklik olduğuna inanıyorum.

Örneğin ameliyat masasında veya bir tür kazada öldükten sonra ölüme yakın deneyimler yaşayan insanlarla ilgili hikayeler okuduysanız, aniden olup biteni gözlemleyen melekleri görmeleri onlar için alışılmadık bir durum değil. Çoğu zaman bu melekler ölen kişiyle ailevi bir şekilde bağlantılıdır. Bu melekler genellikle atalardır, ancak bazen de yeni ölen kişinin henüz doğmamış torunları olabilirler.

Yıllar önce bu konu üzerinde düşünürken ve rehberlik için dua ederken, yaşamlarımızda neler olup bittiğine dair bir içgörü kazandım.

Doğmadan önce Dünya'yı ziyaret ettik. Her birimizin, ölümlü yaşamı deneyimleyen birine "koruyucu melek" denebilecek kapasitede daha önce -belki de birden çok kez- burada bulunduğumuza inanıyorum. Bu görevleri eğitimimizin, bizi kendi ölümlü yaşamlarımıza hazırlamanın ve ebedi kaderimize doğru ilerlememizin bir parçası olarak kabul ettiğimize inanıyorum.

Melekler yoğun duygular yaşar mı? Eminim öyledirler. Birisine ölümlü yaşam boyunca yardım etmek için bir melek olarak görevlendirildiğinizi, yalnızca o kişinin istismar edildiğini, köleleştirildiğini veya öldürüldüğünü gördüğünüzü hayal edin. Duygusal enerjiyi, travmayı veya diğer enerji dengesizliklerini hapsetmek için fiziksel bir bedene sahip olmanın gerekli olduğuna inanmıyorum.

Yani bu melekler duygusal bir yük geliştirirler ve ölümlülüğü deneyimlemeye hazır olduklarında sonuçta kendileri de fiziksel bir bedende doğarlar. Bazen melekler olarak görevlerimizden gelen duygusal enerjileri ölümlü deneyimimize katarız.

Melekler olarak önceki deneyimlerimizden ölümlülüğe getirdiğimiz tutsak kalmış duygular, ölümlü yaşamlarımız boyunca kendi kendimize topladığımız tutsak kalmış duygular kadar gerçek ve güçlüdür.

Hepimizin kesinlikle "başka hayatlar" yaşadığına inanıyorum. Bu hayatları görev başındaki melekler olarak deneyimlediğimize inanıyorum.

Ayrıca bu meleklerin genellikle aile üyeleri olduğuna, ya ölümlülüğü çoktan terk etmiş ya da henüz ölümlü bir bedende ortaya çıkmamış olduğuna inanıyorum. Bizi kendi akrabalarımızdan daha fazla kim önemser?

İşte ailesini iyileştirmek için yardıma ihtiyacı olduğu için vefat eden büyükannesinden talimat alan tatlı genç bir annenin hikayesi.

Bir Meleğin Sesi

Sıcak bir öğleden sonra, aniden gerçekten sıcak, altın rengi bir ışık beni ziyaret etti. Gül kokusu ya da çok tatlı ve gerçekten çok sevgi dolu bir şey vardı. Bu enerji gelip beni ve iki çocuğumu kucakladı. Genellikle kaygılarım ve sayısız kronik ağrılarım nedeniyle gün içinde huzurlu bir şekilde dinlenemezdim, ancak bu gizemli altın ışık sayesinde ben de uyuyabildim ve süperaktif çocuklarım da öyle. Hepimiz güzel bir uykuya daldık. Bu başlı başına bir mucizeydi ama asıl mucize uykudan uyandıktan sonra başladı. Birkaç saat sonra uyandım ve şaşırtıcı bir şekilde, yıllardır uğraştığım kronik ağrıların çoğu sırtımdan, özellikle de boynumdan gitmişti. Bana yukarıdan bir ses geldi ya da sanki kalbimden geliyormuş gibi hissettim.

Ses şöyle dedi: "iPad'inize gidip e-posta bölümünü açmanız gerekiyor..." Bunun neyle ilgili olduğu hakkında hiçbir fikrim yoktu ama bu sesin cennetten geldiğini ve onu takip etmem gerektiğini biliyordum. Yatağımdan kalktım ve e-postamı açtım. Uzun zamandır tanıdığım sevgili meditasyon öğretmenimden bir e-posta vardı.

zaman. Ses, "Bu e-postayı açmanız gerekiyor" dedi. Bunu yaparken bir bağlantı vardı ve bağlantı beni Gaia TV kanalının Dr. Bradley Nelson ile yaptığı bir TV röportajına yönlendirdi. Ses, "Bunu izlemelisin" dedi.

O günlerde kronik olarak bitkin ve çok yorgundum. Günlük işlerimin ve çocuklarıma bakmanın ötesinde hiçbir şey yapamadım. Bana verdiği altın ışık ve sevginin sıcaklığından dolayı ekstra enerjim vardı ve bunu izleyebildim. O günlerde benim de gözlerimde çok ağrı vardı, bu da ekrana bakmayı çok zorlaştırıyordu ama artık bakmıyorum. Bu diziyi izleyebildim. Gösteriyi izledikten sonra ses, "Bu adamla çalışmanı istiyorum" dedi. Sesin hastanede yatan büyükannemden geldiğini biliyordum.

Ertesi gün onun vefat ettiğini öğrendiğim ortaya çıktı.

Bu onun sesiydi ve sesi şöyle diyordu: "Bu adamla çalışmanızı istiyorum, Dr. Bradley Nelson, çünkü hayatım boyunca kızlarımla olan ilişkimi iyileştiremedim" (annem ve teyzem) . “Kızlarımla aramızdaki kopukluğu giderecek güce ve bilgeliğe sahip değildim. Sevgili kızlarım acı çekiyor ve bana yardım etmene ihtiyacım var. Ve bu adam bunu yapmanıza yardımcı olabilir.

Duygu Şifresi ile çalışmaya karar verdim ve o zamandan beri egzama sorunları, saman nezlesi alerjileri, gıda intoleransları ve gözlerimdeki şiddetli ağrı dahil olmak üzere birçok sorunum ortadan kalktı. Yaşadığım tüm sorunlar ortadan kalktı. Eşimle birlikte çalıştık ve maddi sıkıntımız ortadan kalktı. Bana Dr. Bradley Nelson'ın Beden Kodu atölyesi için Almanya'ya geleceğini bildiren bir e-posta aldım. Kocama “Eh, geliyor; onu görmeye gidebilir miyiz?” Kocam “Tren biletini ayırtalım” dedi. İşte bugün Birleşik Krallık'tan bu atölyeye bu şekilde geldim. Ve bu bir mucizeydi. Teşekkür ederim.

— YORİKOD., STUR KÖPRÜSÜ, SENNİTEDKINGDOM

Jean ve ben Yoriko'yla Almanya'daki bir etkinlikte tanıştık ve onun güzel hikayesini kaydettik. İzlemek için Discoverhealing.com/video/the-voice adresini ziyaret edin.

Bazen Tanrı bizi tehlikeye karşı uyarmak için meleklerimiz aracılığıyla konuşur. Bir arkadaşım bana böyle bir deneyimden bahsetti. Yoğun siste iki şeritli yolda yavaş yavaş ilerliyordu. Aniden bir ses bağırdı: "Hemen yoldan çekilin!"

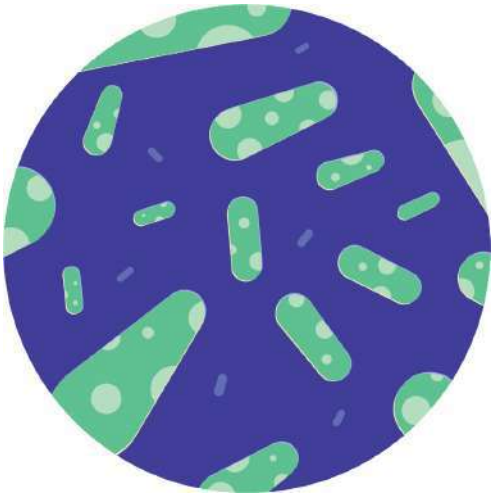
Hiç tereddüt etmeden omzuna astı ve anında onun yanından yüksek bir hızla diğer yöne giden bir araba geçti. Bana bu sese kulak vermeseydi kesinlikle öldürüleceğini söyledi.

Aniden bir uyarı sesi duyduğumuzda bu kimin sesidir? Dualarımıza fısıltıyla yanıt aldığımızda, aklımıza aniden bir fikir geldiğinde veya bir soruna çözüm bulduğumuzda, bu nereden geliyor?

Etrafımızdaki meleklerin bize fısıldayan, bazen de sesli olarak konuşanlar olduğuna inanıyorum. Bedendeki dengesizlikleri, varlıkları, negatif enerjileri bulup ortadan kaldırdığımızda meleklerimizin uyarı ve mesajlarını daha net duyabileceğimize ve bize olan sevgilerini daha iyi hissedebileceğimize inanıyorum.

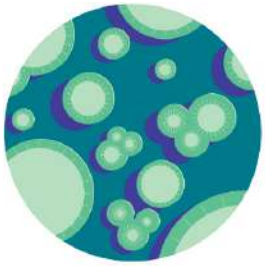
BÖLÜM 2

PATOJENLER

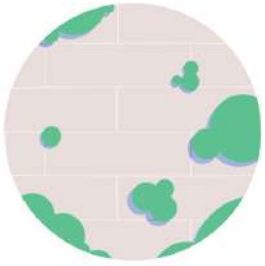


Enerji şifası hastalığın var olduğu varsayımına dayanmaktadır. Vücudun enerjilerindeki ve enerji alanlarındaki rahatsızlıklardan kaynaklanır ve müdahalelerle giderilebilir. bu enerjilere ve enerji alanlarına.

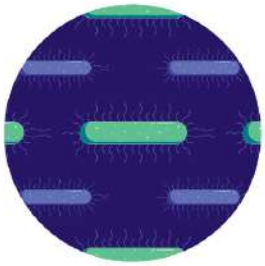
— JED DIAMOND



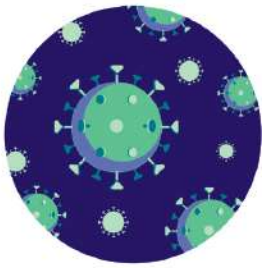
Fungal



Mold



Bacteria



Virus

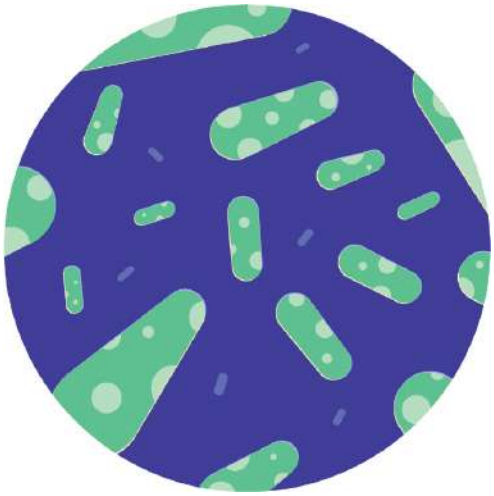
Parasite

Bu bölümün amacı farklı patojen türlerini, bunların nasıl tespit edileceğini ve bunları düzeltmek için ne yapılması gerektiğini anlamanıza yardımcı olmaktır. Patojenler arasında virüsler, bakteriler, mantarlar, küfler ve parazitlere atıfta bulunan istilalar gibi enfeksiyonlar bulunur.

10
PATOJENLER

Vücudunuzun tıp alanında hiç kimsenin sağlayamayacağı doğal iyileştirme kapasiteleri vardır.
sonuçta anlıyormuş gibi yapmak.

— DR. WAYNE BOYACI



Patojenler vücutta bulaşıcı hastalıklara veya hastalıklara neden olan bulaşıcı mikroorganizmalar, mikroplar veya biyolojik ajanlardır. Patojenlerin neden olduğu hastalıkların şiddeti farklılık göstermektedir. Bazı enfeksiyonlar hafif seyrederken bazıları hayatı tehdit edici olabilir. Örneğin soğuk algınlığına yakalanmakla Ebola virüsüne yakalanmak arasında pek bir karşılaştırma yok.

Bir patojenin gelişmesi ve hayatta kalması için ihtiyaç duyduğu tek şey bir konakçıdır. Patojen konakçının vücudunu enfekte ettiğinde, vücudun bağışıklık tepkilerinden kaçınmayı başarır ve çıkıp yeni bir konakçıya yayılmadan önce çoğalmak için vücudun kaynaklarını kullanır.

Translated from English to Turkish - www.onlinedoctranslator.com

MANTAR

Bulaşıcı hastalıklar dünya çapında bir katildir. Her yıl on yedi milyondan fazla insan enfeksiyondan ölüyor ve bu da onu önde gelen ölüm nedenlerinden biri yapıyor. Her türlü enfeksiyonun potansiyel olarak tehlikeli olduğunu unutmayın, bu nedenle eğer mümkünse tıbbi yardım almanızı tavsiye ederim. Eğer yalnızsanız ya da öncelikle daha doğal yöntemleri denemeyi tercih ediyorsanız bu kitapta bunları özetleyeceğim.

Tarihsel olarak enfeksiyonlar yeterince anlaşılmamıştır. Örneğin Orta Çağ'da fareler, bakterilerle enfekte olmuş pireler taşıyordu. Kötü hijyen ve kirli yaşam koşulları nedeniyle bol miktarda bulunan pireler, bu organizmayı ısırıkları yoluyla insanlara aktaracaktır. Sonuç, gerçekten korkunç bir dönemde milyonlarca insanın acı çekmesine ve ölmesine neden olan “Kara Ölüm” oldu. İnsanların semptomları o dönemin hekimleri için kafa karıştırıcıydı ve hastalığın genellikle Tanrı'nın insanlardan günahlarından dolayı intikamı olduğu düşünülüyordu, ancak aynı zamanda çeşitli şekillerde kötü hava, kötü su ve hatta insanların kötü davranışları gibi şeylere de atfedildi.

Antoni van Leeuwenhoek'un mikroskobu keşfetmesi ve çığır açan bir şekilde kullanması ile patojenlerin görünmez dünyası birdenbire daha erişilebilir hale geldi. Deneyler sonunda, yiyeceklerin bozulduğu veya dışarıda bırakılan ekmeğin küflendiği durumlarda aslında küçük organizmaların iş başında olduğunu gösterdi.

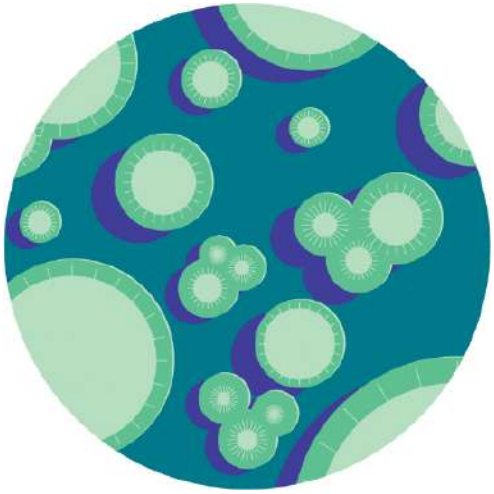
İnsanoğlu daha iyi sanitasyon, iyileştirilmiş kanalizasyon sistemleri, el yıkamanın önemi vb. yoluyla halk sağlığını iyileştirmeye daha fazla önem verdikçe enfeksiyondan ölümler dramatik bir şekilde azaldı.

Enfeksiyöz organizmaların çoğunun "fırsatçı" olduğu düşünülebilir, bu da kendilerine bir fırsat verildiğinde bu fırsatı değerlendirecekleri anlamına gelir. Örneğin, bağışıklık sisteminiz depresyona girerse, sonuçta çoğalabilecek bir enfeksiyona yakalanma olasılığınız daha yüksek olacaktır. Vakaların büyük çoğunluğunda, bu ölümcül organizma vücutta yaşamaktadır ancak çoğu zaman bizi sağlıklı tutan bağışıklık sisteminin çabalarıyla kontrol altında tutulmaktadır.

MANTAR ENFEKSİYONLARI

AÇIKLAMA

Pratikte gördüğüm en yaygın mantar enfeksiyonu türü Kandidiyazis veya Candida'dır. Candida'ya "büyük taklitçi" adı verilir çünkü çok çeşitli sorunlara neden olabilir ve bunun sonucunda sıklıkla başka bir şeymiş gibi yanlış teşhis konulur. Mantarlar genel olarak fırsatçı organizmalardır, yani her yerdedirler ve büyüme fırsatı verilirse büyüyeceklerdir. Mantar organizmaları ve mantar sporları soluduğunuz havada ve vücudunuzda bulunur, ancak genellikle bağışıklık sisteminiz tarafından kontrol altında tutulurlar. Bağışıklık sisteminiz herhangi bir nedenle dengesiz hale gelirse mantar sporları büyüyüp çoğalmaya başlayabilir.



MANTAR ENFEKSİYONUNUN EN SIK GÖRÜLEN BELİRTİLERİ

Kandidiyazis gibi mantar enfeksiyonları anksiyete veya panik atak, karın gazı veya şişkinlik ve beyin bulanıklığı yaratma eğiliminde olacaktır. Mantar enfeksiyonları ayrıca şeker ve nişastalı yiyeceklere karşı istek yaratma eğilimindedir. Bunun nedeni mantar organizmalarının tatlılar, un, ekmek, unlu mamuller ve hatta alkol gibi basit şekerlerle beslenmesidir. Aslında alkolizmin altında yatan nedenlerden biri de bu olabilir. Alkol vücutta şekere parçalanarak mantar veya küf enfeksiyonunu besler ve daha da büyümesini sağlar. Bir tür müdahale olmadığı sürece bu durum aşağıya doğru bir sarmal yaratabilir. İdeal olarak alkol alımı durdurulmalı ve mantarları (veya küfleri) yok etmek için bir tür ilaç uygulanmalıdır.

Mantar enfeksiyonunun diğer belirtileri şunlardır: kabızlık, ishal, depresyon, egzama, cilt enfeksiyonları veya cilt problemleri, aşırı yorgunluk, baş dönmesi, baş ağrıları, hazımsızlık, sinirlilik, öğrenme güçlükleri, migren, baş ağrıları, ruh hali değişimleri, zayıf hafıza, rektal kaşıntı, duyarlılık kokular ve/veya kimyasallar, pamukçuk (mantarın dilde görünür hale geldiği yer) ve vajinit (çünkü küf ve mantar enfeksiyonları vücudun karanlık, nemli bölgelerinde yaşamayı sever).

MANTAR ENFEKSİYONLARININ YAYGIN NEDENLERİ

Hormon tedavilerinden sonra kandidiyazis ve küf gibi mantar enfeksiyonları sık görülür. Örneğin doğum kontrol hapı kullanmak çoğu zaman hormonal dengeyi bozar ve bu fırsatçı organizmaların çoğalmaya başlayabileceği bir ortam yaratır. Hamilelik bu dönemde ortaya çıkan hormonal dalgalanmalar nedeniyle dengeyi de bozar. Antibiyotik kullanmak aynı zamanda dengesizlik yaratarak mantar ve küflerin büyümesine neden olur. Ortalama bir insanın bağırsak sisteminde 3,5 kiloya kadar sağlıklı flora veya bakteri bulunur. Bu sağlıklı bakteriler bağışıklık sisteminin çoğunluğunu oluşturarak mantar ve diğer patojenik enfeksiyonları uzak tutar. Antibiyotikler, özellikle de geniş spektrumlu antibiyotikler, yalnızca kötü bakterileri değil aynı zamanda bağırsaklarınızda yaşayan iyi bakterileri de öldürerek bağışıklık sistemini zayıflatır. Daha sonra vücuda bir mantar veya küf verildiğinde, çok fazla müdahale olmaksızın gelişme eğilimi gösterir. Diyette yüksek şeker alımı aynı zamanda küf ve mantar enfeksiyonlarının gelişebileceği bir ortam yaratma eğiliminde olacaktır çünkü ne kadar fazla yakıta sahip olurlarsa o kadar çoğalırlar ve güçlenirler. Diyabet ayrıca kan şekeri düzeylerinin yüksek olması nedeniyle mantar ve küf organizmalarının gelişmesi için mükemmel bir ortam yaratır.

KÜF VE MANTAR

Teknik olarak küf bir mantar türüdür ancak bazı nedenlerden dolayı vücutta farklı şekilde ortaya çıkarlar. Bu nedenle küf ve mantarlar Vücut Kodunda iki ayrı enfeksiyon türüdür ve çok ilişkili olmalarına rağmen testlerde ayrı ayrı görüneceklerdir.

Deneyimlerime göre mantar ve küf enfeksiyonları için en iyi doğal tedaviler neem yaprağı kapsülleri ve hindistancevizi yağıdır. Neem Hindistan'dan bir ağaçtır

Yaprakları vücuda karşı nazik ve temizleyicidir ancak mantar enfeksiyonlarına karşı dayanıklıdır. Çoğu sağlıklı gıda veya takviye mağazasında veya internette kolayca bulunabilir. Saf, işlenmemiş, soğuk preslenmiş hindistancevizi yağı, mantar enfeksiyonlarını düzeltip önleyebilir, ayrıca cildinizi, organlarınızı ve diğer dokularınızı sağlıklı tutabilir. Unutmayın, bilinçaltı zihin kişinin neye ihtiyacı olduğunu bilir. Vücudunuzun enfeksiyondan kurtulmasına yardımcı olmak için bu ilaçlardan hangisini istediğini bulmak için kas testi yapabilir ve ardından doğru dozajı (yani kaç şişe, kaç kapsül, damla, çay kaşığı dolusu vb.) test edebilirsiniz.

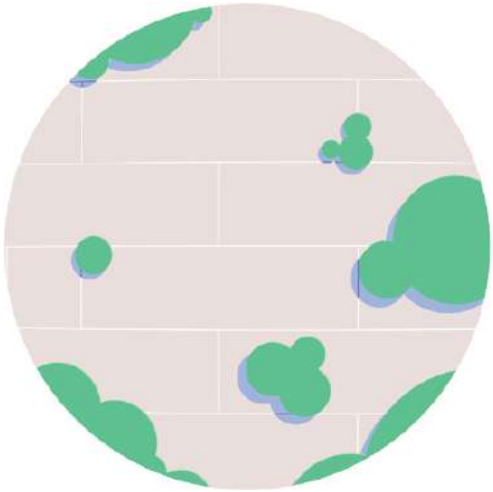
Mantar veya küfün ölmesinin bazı durumlarda bulantı ve kusma gibi grip benzeri semptomlara neden olabileceğini unutmayın. İnsanlar bazen yüksek dozda neem için kas testi yaparlar, ancak daha yaygın olarak insanlar daha uzun bir süre boyunca daha düşük bir dozaj için test yaparlar; örneğin, iki veya üç hafta boyunca günde on veya yirmi neem kapsülü veya duruma bağlı olarak daha uzun süre. enfeksiyonun gerçekte ne kadar kötü olduğu.

Hindistan cevizi yağı kaşıkla dahili olarak alınabilir, cilde sürülebilir veya yemek pişirmede kullanılabilir. Vücut için ve enfeksiyonun türü ve yeri için hangi uygulama yönteminin en iyi olacağını sorabilirsiniz. Örneğin, küfün neden olduğu deri döküntüsü, Hindistan cevizi yağının etkilenen bölgeye sürülmesi, içten alınması veya her ikisinin birden yapılmasıyla tedavi edilebilir.

KALIBA DÖKMEK

AÇIKLAMA

Küf artık dünyada giderek daha yaygın bir sorun gibi görünüyor. Her mantar gibi küf de fırsatçı bir organizmadır. Küf, nerede yaşarsak yaşayalım, çevremizin her yerindedir ve izin verilen her yerde kök salıp büyüyebilir.



Küf enfeksiyonları, eklem ve kas ağrıları, yorgunluk, sinüs ve solunum sorunları, göz ve cilt tahrişi, ateş, baş ağrıları ve bilinç bulanıklığının yanı sıra basit şekerlere duyulan istek gibi çok çeşitli semptom ve sorunlara neden olabilir. Küf enfeksiyonları, daha önce özetlediğim diğer mantar enfeksiyonlarıyla aynı semptomların tümüne neden olabilir. Küf vücut için çok tehlikeli olabilir, ancak küf enfeksiyonunu düzenli tıbbi testlerle teşhis etmek genellikle zordur. Bazı nedenlerden dolayı küf enfeksiyonları artıyor gibi görünüyor. En kötü küf enfeksiyonları genellikle bir küf kaynağına sürekli ve tekrar tekrar maruz kalma nedeniyle ortaya çıkar; örneğin bir evde su sızıntısından kaynaklanan küf oluşumu veya sporların tekrar tekrar solunduğu bir havalandırma sisteminde küf oluşması gibi.

Aşağıdaki hikayede Connie, hastalığının altında yatan gerçek nedeni belirlemek için küçük torununun Beden Kodunu kullandı.

Küf Yenidoğanın Hayatını Tehdit Ediyor

Birkaç hafta önce kendimi iyi hissetmiyordum. Yeni bebeklerine yardımcı olmak için oğlum ve karısının yanında kalıyordum, bu yüzden engel değil, yardımcı olmam gerekiyordu. Bana rehberlik edecek cennetin güçlerinden yararlanmak için ilk önce duaya yöneldim. Daha sonra aşırı yorgunluğuma neyin sebep olduğunu bulmak için Body Code uygulamasını açtım.

Uygulamada önce patojenlere, sonra da küflenmeye götürüldüm ki bu da güçlü olarak test edildi veya evet. Bu garip görünüyordu çünkü temiz ve güzel bir yerdi. Duvarlarda veya sıhhi tesisat alanlarında hiçbir yerde küf görülmedi. Dairenin dışına çıktığımda bana tuhaf geldi

iyi hissettim. İçeri döndüğümde hapşırmaya başladım ve kendimi bitkin hissettim.

Bu bulgunun doğru olduğunu ve oradan bir an önce çıkmamızın önemli olduğunu belirten diğer Beden Kodu uygulayıcılarıyla da teyit ettim!

O sırada onları alıp hemen ayrılmaları mümkün değildi. Ne yazık ki bir hafta sonra, beş haftalık bebekleri yerel bir hastanede kritik durumdaydı. Hastane görevlileri dehidrasyon nedeniyle bebeğe serum takamadı. Yorgunluktan dolayı emziremiyordu. Vücut Kodu kullanılarak yapılan kas testi onun da küf enfeksiyonundan muzdarip olduğunu gösterdi.

IV'ün başarıyla yerleştirildiği bir pediatri hastanesine transfer edildi. Onlara sorunun küf olduğundan şüphelendiğimizi söylediğimizde küf testinin o hastanede yapabilecek donanıma sahip olmadıklarını söylediler. Testi talep ettikten sonra bu çok sinir bozucu bir cevaptı. Bunun yerine doktorlar, daha sonra menenjit virüsünün bulunmadığını belirten omurilik muayenesi yaptı.

Biz tıp doktorlarının önerdiği her şeyi yapmaya devam ederken, ebeveynleri de Beden Kodu önerilerini kullandı. Neem ve lavanta esansiyel yağları uygulandı. Birkaç saat içinde bebek canlandı. Gelinim de bu ilaçları emzirme sütüne katmak için bu maddeleri kullanıyordu.

Oğlum, yerel bir perakendeciden bir kalıp test kiti satın alarak ve bunu birkaç gün boyunca apartman tezgahının üzerinde bırakarak kendi önlemini aldı. Küf sporları, havaya maruz kalmaktan dolayı petri kabında büyüdü; bu, küf istilasının kesin bir göstergesiydi.

Hastaneden çıktıktan sonra bebeğin sistemik küf enfeksiyonu, çocuk doktorunun muayenehanesinde yapılan testlerle doğrulandı. Sonuçlar bebeğin sisteminde çok yüksek düzeyde küf olduğunu gösterdi.

Aile, bir sonraki yaşam alanı güvence altına alınana kadar bir otele taşındı. Bebeğin durumu iyi ve iyileşme aşamasında. Müfettişler küfün kaynağını eski apartmanın havalandırma sisteminde buldular. Bunun, yıllardır küf giderme çalışmaları sırasında gördükleri en kötü küf problemi olduğunu paylaştılar.

Beden Yasası için minnettar mıyım? Geçen hafta o olmasaydı ailemizin en yeni üyesini kaybetmiş olurduk. Beden Kuralı olmasaydı, yeni torunum bilinmeyen bir nedenden dolayı "gelişme başarısızlığı" olarak sınıflandırılabilirdi. Sorunu zamanında çözebildiğimiz için çok mutluyuz. Tanrı dualarımıza cevap veriyor mu? Eminim öyledir. Bize kendimize yardımcı olacak araçları sağlar. Minnettarlığı başka nasıl öğrenebiliriz?

- CONNIENot, UTAH, sennİTEDSTATES

Enfeksiyonları etkili bir şekilde önlemek ve ortadan kaldırmak için vücudun bağışıklık sisteminin düzgün çalışması gerekir. Vücudun dengesini bozan herhangi bir şey, bağışıklık sistemine müdahale etme eğiliminde olacak ve onun enfeksiyonları tanıma ve ortadan kaldırma konusundaki doğal yeteneğini engelleyecektir. Örneğin, tutsak kalmış duygular ve diğer enerji dengesizlikleri, enerji alanını ve dolayısıyla vücut dokularını bozarak ve dengesizleştirerek enfeksiyonların büyümesine ve çoğalmasına neden olabilir. Kathy'nin aşağıdaki hikayede yaptığı gibi, altta yatan nedenleri bulup düzeltirken enfeksiyonlar ortadan kaldırılabilir ve sağlıklı dokuların büyümesine izin verilebilir.

Hasta Bir Bebek

Bir sabah beş aylık kızı için endişelenen bir annem beni aradı. Çok kötü kokan bezleri, ishali ve poposunda çok acı veren açık yaraları vardı.

Bebeğimde mantar enfeksiyonu olduğunu öğrendim. İlişkili bir dengesizliğin, kalın bağırsağın yanlış hizalanması olduğunu ve buna bağlı başka bir dengesizliğin de su emme zorluğu olduğunu buldum. Bunun nedeni, bebeğin başka birinden emdiği tutsak kalmış bir bunalmışlık duygusuydu, bu yüzden ben de tutsak kalmış duyguyu serbest bıraktım. Kalın bağırsağın artık hizalanıp hizalanmadığını sordum ve evet yanıtı aldım. Daha sonra mantar enfeksiyonunun enerjisini serbest bıraktım ve bağışıklık sisteminin fiziksel mantar organizmalarını yok etme niyetini tuttum.

Ertesi gün annem beni aradı ve yaraların neredeyse tamamen geçtiğini, sadece en derinlerinin kaldığını ama önemli ölçüde iyileştiğini söyledi. Bebeği su açısından kontrol ettikten sonra

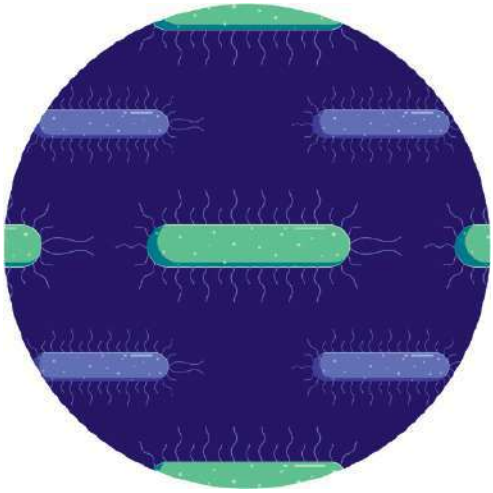
emilim, testler artık bir sorun yaşamadığını gösterdi. Birkaç gün sonra poposundaki yaralar tamamen geçti.

— KATİYH., ÜTAH, senNİTEDSTATES

BAKTERİLER

AÇIKLAMA

Bakteriler strep, staph, salmonella, E. coli ve H. pylori gibi daha büyük, tek hücreli mikroorganizmalardır. Bakteriyel enfeksiyonlar ölümcül olabilir ve birkaçını saymak gerekirse tüberküloz, zatürre, kolera, frengi, şarbon, cüzzam, mide ülseri ve hıyarcıklı vebadan sorumludur. Deneyimlerime göre, düşük dereceli enfeksiyon, çoğu zaman çoğu insan için açık ara en yaygın enfeksiyon şiddetidir. Düşük dereceli viral enfeksiyonlar gibi, düşük dereceli bakteriyel enfeksiyonlar da genellikle hafiftir ve yaşamı tehdit etmez. Bununla birlikte vücutta pek çok soruna neden olabilirler; genellikle kronik yorgunluk sendromunda olduğu gibi enerji eksikliğine, fibromiyaljide olduğu gibi kas ağrısına, mide ülseri veya asit reflüsüne, deri döküntülerine ve diğer rahatsız edici sorunlara katkıda bulunurlar.



Öte yandan, düşük dereceli enfeksiyon genellikle kanser gibi ciddi sorunlara katkıda bulunan gizli bir faktördür. Enfeksiyonlara yönelik geleneksel tedaviler öncelikle antibiyotiklere, antiviral, antifungal ve antiparaziter ilaçlara dayanmaktadır. Sorun şu ki, özellikle antibiyotikler söz konusu olduğunda,

bunların yaygın kullanımı, bilinen her antibiyotiğe karşı dirençli hale gelen bakteriler olan süper mikropların oluşmasına yol açıyor. Antibiyotiklerin bir diğer sorunu da sebep oldukları olumsuz yan etkiler ve vücuda verdikleri zararlardır. Alternatif sağlık camiasında yaygın bir söz, vücudun antibiyotik reçetesi aldıktan sonra iyileşmesi için yedi yıla ihtiyacı olduğu yönünde; ancak yeni kanıtlar vücudun hiçbir zaman tamamen iyileşemeyeceğini ortaya koyuyor.

Araştırmalar, obezite, depresyon, astım, tip 1 ve tip 2 diyabet ve artritin inflamatuar formları dahil olmak üzere çeşitli hastalıkların (özellikle gençlerde) antibiyotik kullanımına bağlı olabileceğini ortaya çıkardı. Geniş spektrumlu antibiyotikler sıklıkla sağlıklı bağırsak florasını yok ederek yaşam boyu sindirim sorunlarına yol açar. Hipokrat "Bütün hastalıklar bağırsakta başlar" derken neden bahsettiğini biliyordu.

Her insanın hem fiziki hem de manevi tarafı olduğu ve yalnızca ruh olarak veya fiziksel bedene bağlı bir ruh olarak var olduğu gibi, patojenler de farklı değildir. Sonuç olarak, yalnızca “ruhu” veya enerjik formunda var olan bir patojenin bulunması alışılmadık bir durum değildir. Bu genellikle fiziksel bir enfeksiyonun bağışıklık sistemi tarafından ortadan kaldırıldığı ancak patojenin "ruhsal" enerjisinin kaldığı durumlarda meydana gelir. Örneğin, hayatınızın bir noktasında küf enfeksiyonu geçirdiyseniz ancak vücudunuzu küften kurtarabildiyseniz, Sue'nun aşağıdaki hikayede bulduğu gibi küf enerjisine hâlâ sahip olabilirsiniz.

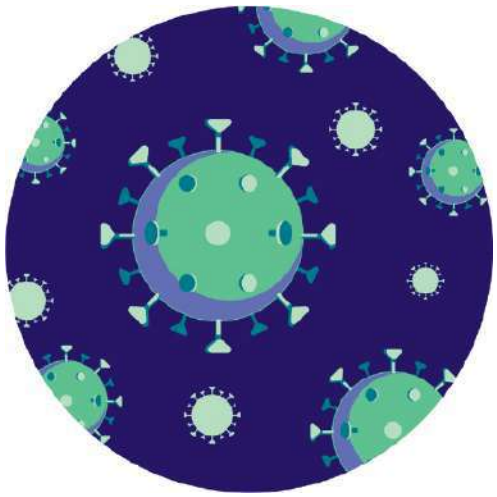
Akne Gitti

> Şiddetli kistik sivilce vakası olan ve kendine güveni düşük olan on dört yaşında bir kızla çalıştım. Bir yıldır zehirli ilaçlar kullanıyordu ve şimdi kistik sivilceyi iyileştirmek için doğum kontrolüne tabi tutuluyordu. Bir Beden Kodu seansından sonra sivilceleri birkaç gün içinde temizlendi. Üç gün sonra onunla konuştum ve kistik sivilcelerin yüzde 90'ının gittiğini söyledi! Duygusal bileşenlerin yanı sıra, küf ve geçmiş patojenlerin enerjileri gibi birçok enfeksiyon da salındı. Bu, dermatoloğun geleneksel tıp kullanarak bulamayacağı bir şey.
>
> - SABC., FLORİDA, senNİTEDSTATES

VİRÜS

AÇIKLAMA

Latince “virüs” kelimesi toksin veya zehir anlamına gelir. Virüslerin vücuda ne kadar zarar verebileceği göz önüne alındığında bu uygundur. Virüsler son derece küçüktür; ortalama bakteri hücresinin yaklaşık yüzde biri kadardır ve ortalama bir mikroskopla görülemezler. Virüsler arasında grip, H1N1 veya domuz gribi gibi grip virüsleri, soğuk algınlığı veya koronavirüs, herpes virüsleri, hepatite neden olan çeşitli virüsler ve HIV veya AIDS'e yol açan virüs yer alır. Virüsler hücreleri istila eder, hücresel mekanizmayı daha fazla virüs üretmeye teşvik ederek bu süreçte hücreleri yok ederler. Virüsler zamanla mutasyona uğramaya eğilimlidir, bu nedenle onları tedavi etmek için oluşturulan ilaçlar ve aşılar, kullanıma sunulduklarında genellikle etkisiz kalır. Pek çok kişi, yeni ortaya çıkan virüslerin aslında laboratuvarlarda kazara ya da bilerek yaratıldığını düşünüyor.



Fiziksel bir organizma mevcut olmasa bile, bu enerji hala çok dengesiz olabilir ve potansiyel olarak patojenin fiziksel formundakiyle aynı semptomları yaratabilir.

Bunu bir gün, eski bir hastam onu birkaç yıldır görmediğim halde ofisime geldiğinde öğrendim. Şöyle açıkladı: “Kendimi iyi hissetmiyorum. Bazı testler yaptırdım ve Epstein-Barr virüsü taşıdığım doğrulandı.” Hemen yabani kekik, zeytin gibi şeyler de dahil olmak üzere onun için olası tüm doğal ilaçları düşünmeye başladım.

yaprak ekstraktı vb. "Keşke bu tür sorunlarla başa çıkmanın daha iyi bir yolu olsaydı" diye düşündüm.

Sessizce dua ettim: "Baba, eğer bu soruna yaklaşmanın daha iyi bir yolu varsa, lütfen bunun ne olduğunu bilmeme yardım eder misin?"

Aniden içime bir anlayış akın etti.

Bir virüsü geleneksel Batı biyolojisinin prizmasından (küçük bir mekanik organizma olarak) düşünmek doğru olsa da, ona bakmanın eşit derecede doğru başka bir yolu da var.

Virüs nedir? Bir virüs moleküllerden oluşur. Bu moleküller atomlardan yapılmıştır.

Bu atomlar saf enerjiden yapılmıştır. Böylece bir virüs enerjiden oluşur. Aniden viral bir enfeksiyona bu şekilde bakmanın da geçerli ve doğru olduğunu anladım. Viral bir enfeksiyonun bir bakıma tutsak kalmış bir duygunun serbest bırakılabilen enerjisinden farklı olmadığını fark ettim.

Viral bir enfeksiyon (diğer enfeksiyonlar gibi) bir enerji bulutu olarak görülebilir. Eğer zihnimi bu fikre sarabilir ve onu gerçekten kabul edebilirsem, zihnimin viral bir enfeksiyonu bir saf enerji bulutu olarak manipüle etme konusunda özgür olacağı bana açıklandı.

Ona kas testi yaparak başladım ve bir temel oluşturduktan sonra şu soruyu sordum: "Vücudunuzda Epstein-Barr virüsü var mı?" Cevap evetti. Bu viral enerjiyi vücudundan salıverme niyetiyle ve biyolojide virüsler hakkında öğrendiğim her şeyi unutmak için elimden gelenin en iyisini yaparak, bir mıknatısı birkaç kez yönetici meridyenine doğru kaydırdım. Daha sonra bir değişiklik yapılıp yapılmadığını görmek için onu tekrar test ettim ve yapıldı. Artık virüsün kas testinde görünmesini sağlayamadım. “Bu kadar basit olabilir mi?” diye düşündüm.

Bu zorlu bir zihinsel egzersiz olabilir. Birçoğumuz, özellikle de geleneksel biyoloji eğitimi almış olanlarımız, virüsleri, daha fazla virüs üretmek için hücrelerin üreme süreçlerini ele geçirerek hastalığa neden olan küçük organizmalar olarak düşünmeye alışkınız. Bu elbette zaman alır. Ama bir gün bana aksini öğreten bir deneyim yaşadım.

KRONİK ÖKSÜRÜK

Bir gün kronik öksürük şikayetiyle bir hastam beni görmeye geldi. Bu öksürüğün haftalardır sürdüğünü ve ne zaman

derin bir nefes aldığında kaçınılmaz olarak kontrolsüz bir şekilde öksürmeye başlayacaktı.

Cevaplar için Vücut Kodunu kullanarak ve vücuduna kas testi uygulayarak viral bir enfeksiyona sahip olduğunu buldum. Birkaç soru daha bunun soğuk algınlığı virüsü olduğunu belirledi.

Bu enfeksiyonu bir enerji bulutu olarak hayal etmek için elimden gelenin en iyisini yaparak, virüsü vücudundan salma niyetini tutarak omurgasından aşağı birkaç kez mıknatıs kaydırdım. Ben de ona "Tamam, şimdi neden derin bir nefes almıyorsun ve bakalım ne olacak" dedim.

Birkaç derin nefes aldı ve şaşkınlıkla bana döndü. "Gitti! Bunu nasıl yaptın? Ne yaptın? Bu nasıl mümkün olabilir?" Ona ne yaptığımı basit bir şekilde anlattım ve o noktada tedavisi bittiğinden, onunla birlikte ofisimin ön masasına yürüdüm ve burada personelim ve ben onunla birkaç dakika sohbet ettik. Yüzünde bir gülümsemeyle ofisten ayrıldı.

Koridorda geri yürüdüm ve onunla birlikte çalıştığım tedavi odama girdiğimde aniden göğsüme bir şeyin girdiğini hissettim. Derin bir nefes aldım ve kontrolsüzce öksürmeye başladım! Her nasılsa, az önce ondan salıverdiğim enerjiyi toparlamıştım.

Kendimi test ettim ve tabii ki aynı virüsü, birkaç dakika önce hastamdan yaydığım soğuk algınlığı virüsünü de taşıyordum. Onu ondan çıkardığımda, virüsün enerjisi görünüşe göre havada asılı kalmıştı ve ben de onun içine doğru yürüdüm.

Bu viral enerji bulutunu benden salıverme niyetiyle, alnımdan boynumun arkasına kadar uzanan, yönetici meridyenimin üzerinden birkaç kez bir mıknatıs geçirdim. Bunu yapar yapmaz derin bir nefes aldım ve... artık öksürmek yok!

Bu deneyim, patojenlerin aslında sadece saf enerji olduğunu, normal Batı tıbbının kabul etmediği veya anlamadığı bir şey olduğunu anlamama yardımcı oldu. Viral bir enfeksiyonun şiddetli öksürük gibi bir soruna neden olmaya hemen başlaması, geleneksel mikrobiyoloji açısından düşünürseniz hiçbir anlam ifade etmez; bu, virüslerin fiziksel olarak kuluçkaya yatması ve çoğalması için zamana ihtiyacı olduğunu belirtir. Ancak virüsleri ve aslında herhangi bir enfeksiyonu veya istilayı saf enerji olarak görmek de aynı derecede doğrudur.

Elbette bu sadece virüsler için geçerli değil. Aşağıdaki hikayede bir Beden Kodu Sertifikasyonu öğrencisinin gördüğü gibi, bu her tür patojen için geçerlidir.

Yorgunluk ortadan kalkar

> Beden Kodu Sertifikasyonu kursunu alırken sanki vücudun kaynakları tükeniyormuş gibi bitkin bir gönüllüm vardı. Kişinin ilk seansında viral, bakteriyel ve paraziter patojen enerjilerini tespit edip çözümledim. Daha sonra müşteri bunu benimle paylaştı: "İlk seanstan bu yana enerjimde kesinlikle bir değişiklik hissettim! Kendimi yorgun hissetmiyorum! Seansımdan önce kelimenin tam anlamıyla vücudumu sürüklediğimi hissettim. Çok teşekkür ederim!"
>
> - JOCELİNP., ALBERTA, CANADA

Bazen bir enfeksiyonla bu şekilde çalışmanın gerekli olan tek şey olduğunu buldum. Diğer durumlarda, bir patojenin bu şekilde tedavi edilmesi, organizmayı, bağışıklık sisteminin doğal olarak üstesinden gelebileceği kadar zayıflatıyor gibi görünmektedir ve bazen şifalı bitkiler veya besin takviyeleri gibi başka fiziksel desteğe ihtiyaç duyulabilir.

Patojenlerle bu şekilde çalışmanın oldukça inanca bağlı olduğunu belirtmek önemlidir. Başka bir deyişle, neye inandığımıza bağlı olarak gerçekliğimizi etkilediğimizi biliyoruz. Eğer zihninizi bu fikre odaklayabilirseniz ve birlikte çalıştığınız kişi dua ve inançla aynısını yapabilirse, patojen ne olursa olsun, mümkün olanın bir sınırı olmadığını düşünüyorum. Bu, geleneksel biyoloji açısından anlamlı olmayabilir, ancak kuantum fiziği açısından son derece anlamlıdır. Bu konuda yalnızca kendi inançlarımızla sınırlıyız ve bu inançlar güçlü bir şekilde sınırlayıcı olabilir.

İlginç bir şekilde, patojenin yalnızca manevi varlığına sahip olmanın, organizmanın fiziksel formunda enfeksiyon kapmaya benzer semptomlara neden olabileceğini gözlemliyorum.

Patojenlerin enerji olduğunu bilmek, bir sonraki bölümdeki alıştırmaları kullanarak onları serbest bırakmanıza yardımcı olacaktır.

Egzersize başlamadan önce kısa bir not. Bir patojeni ortadan kaldırmak için yapabileceğiniz iki şey vardır:

- Patojenin enerjisini serbest bırakın.
- Patojeni ortadan kaldırmak için bir çare belirleyin ve bulun.

Bir patojenin veya parazit istilasının enerjisini serbest bırakmak için, patojenin vücuttaki bir enerji bulutu olduğuna odaklanmanız yeterlidir. İsterseniz bu patojen bulutunun yerini belirleyebilirsiniz ancak bu gerekli olmayabilir. Daha sonra serbest bırakmak için bir mıknatısı veya elinizi yönetici meridyen üzerinde üç kez kaydırın.

PATOJENLERLE BAŞA ÇIKMAK İÇİN FAYDALI İPUÇLARI

Herhangi bir enfeksiyon türüyle çalışırken ilgili dengesizliklerin giderilmesinin gerekliliğine dikkat çekmek önemlidir. Ben şahsen, düşük dereceli enfeksiyonların, tutsak kalmış duygular veya onların serbest bırakılmasını engelleyen diğer enerjiler halledilinceye kadar ortadan kaybolmadığı birçok durum gördüm.

Patojenlerin ortadan kaldırılması sürecini tamamlamak için fiziksel destek gerekli olabilir. Deneğin bir sağlık uzmanına, beslenme uzmanına veya bitki uzmanına görünmesi önerilir. Lütfen herhangi bir enfeksiyonun potansiyel olarak tehlikeli olduğunu anlayın, bu nedenle aklınızda herhangi bir şüphe varsa tıbbi yardım alın.

YABANİ KEKEK

Virüslere karşı bulduğum en iyi doğal tedavi yabani kekiktir. Yabani kekik, bakkalınızın baharat reyonunda satın aldığınız kekik türünden biraz farklıdır. Ticari olarak bulabileceğiniz çok sayıda farklı yabani kekik ürünü vardır; vücudunuzun hangisini istediğini görmek için sadece kas testi yapın. Bir bitki bahçeniz varsa yabani kekik eklemeyi düşünebilirsiniz, ancak bunu çoğu sağlıklı gıda veya besin takviyesi mağazasında ve internette bulmak kolay olmalıdır. Yabani kekiğin antiparaziter kullanımının yanı sıra antifungal (dolayısıyla küf önleyici) özelliklere de sahip olduğunu unutmayın.

ZEYTİN YAPRAĞI EKSTRESİ

Ezilmiş zeytin yapraklarından yapılan zeytin yaprağı ekstresi de bir başka güçlü antiviral ve antibakteriyel ilaçtır. Bunu mağazalarda veya internette bulmak da kolay olmalı, ancak bahçenizde bir zeytin ağacınız varsa kesinlikle kendinizinkini de yapabilirsiniz.

KOLLOİDAL GÜMÜŞ

Kolloidal gümüş başka bir çok güçlü antiviral, antibakteriyel, antifungal bileşiktir. Kolloidal gümüş, çözelti halindeki gümüş iyonlarından oluşur, bu nedenle çıplak gözle sudan pek farklı görünmez. Bebekler doğduğunda, annede bir tür enfeksiyon veya cinsel yolla bulaşan bir hastalık olması durumunda körlüğü ve diğer komplikasyonları önlemek için gözlerine gümüş nitrat solüsyonu damlatılır. Göz enfeksiyonuna yakalanırsanız, etkilenen göze bir gün boyunca birkaç saatte bir bir veya iki damla kolloidal gümüş damlatabilirsiniz ve bu genellikle sorunu çok hızlı bir şekilde çözecektir. Kolloidal gümüş uzun yıllardır kullandığım bir ilaçtır ve ister ağızdan ister topikal olarak kullanılsın her zaman güvenilir olmuştur. Çok amaçlı olması ve rafta çok uzun süre dayanması nedeniyle ecza dolabınızda bulundurmanızda fayda var. Evde kolloidal gümüş yapmanın yolları vardır ancak mağazalarda bulmak da çok kolaydır. Kolloidal gümüş konusunda dikkatli olmanız konusunda sizi uyarmalıyım çünkü çok fazla almanız mümkündür, bu da cildinizin maviye dönmesine neden olabilir. Doğru dozaj için vücudunuzda kas testi yaptığınızdan emin olun, etikette belirtilen önerilen alım miktarının çok ötesine geçmeyin. Herhangi bir doğal ilaç veya bitki, vücudun ihtiyaç duyduğu dozajların yanı sıra vücut için kas testine tabi tutulabilir. Bilinçaltı, kaç kapsül yabani kekik veya zeytin yaprağına veya kaç damla koloidal gümüşe ihtiyacı olduğunu tam olarak bilecektir.

DOZAJIN BELİRLENMESİ

Her türlü enfeksiyon veya istila için herhangi bir ilacın dozajını nasıl belirleyeceğiniz aşağıda açıklanmıştır.

"_____ vücudun bu enfeksiyonu ortadan kaldırmasına yardımcı olur mu?" diye sorun. Testi pozitif çıkan bir çare bulduğunuzda, vücudun hangi doza ihtiyacı olduğunu öğrenmek isteyeceksiniz. Yani şu soruyu sorabilirsiniz: "Benim (ya da senin) günde iki kapsüle ihtiyacım var mı?" veya "Benim (ya da senin) günde iki damlaya ihtiyacım var mı?" Cevap evet veya güçlü ise bu, vücudun en azından bu miktara ihtiyacı olduğunu gösterir; dolayısıyla maksimum dozajı test etmek için daha yükseğe çıkmak isteyeceksiniz, şöyle: "Günde üç kapsüle ihtiyacım var mı?" ve benzeri. Cevap hala güçlüyse tekrar test edin: "Dört kapsüle ihtiyacım var mı? Beş kapsül mü? Altı kapsül mü?" vb. Sonunda ihtiyacınız olan doza ulaşacaksınız ve bunun ötesine geçerseniz aniden zayıf bir kas testiyle karşılaşacaksınız. Örneğin, günde beş kapsüle ihtiyacınız var ve "Günde beş kapsüle ihtiyacım var mı?" güçlü bir kas testi yaptırmalısınız. "Günde altı kapsüle ihtiyacım var mı?" zayıflayacaksın

kas testi. Günlük dozajı belirledikten sonra, ilacı veya bitkiyi kaç gün veya hafta boyunca almanız gerektiğini belirleyebilirsiniz; dozajın değişmiş olabileceği ihtimaline karşı periyodik olarak yeniden test etmeyi unutmayın. Daha fazla bilgi için bir sağlık uzmanına, beslenme uzmanına veya bitki uzmanına danışmak her zaman iyi bir fikirdir. Ve bir kez daha, herhangi bir enfeksiyonun potansiyel olarak tehlikeli olduğunu unutmayın, bu nedenle profesyonel tavsiye almanız önerilir!

PARAZİT

AÇIKLAMA

Amerika Birleşik Devletleri'ndeki nüfusun yüzde 80'inin bir tür parazite sahip olduğu tahmin edilmektedir. Parazitlerin geleneksel yöntemlerle tanımlanması zordur. Aslında vücudu istila eden parazitlerin çoğu, yaygın olarak yapılan testlerde hiç ortaya çıkmıyor. Vücut sudan, yiyeceklerden, böcek ısırıklarından, hayvanlarla temastan ve hatta çıplak ayakla çimlere basmaktan kaynaklanan parazitlerle istila edilebilir.

Parazitleri bulmak ve onlardan kurtulmak zor olabilir. Parazitlerin yakalanmasının bu kadar zor olmasının bir nedeni, yaşam döngüleri boyunca sıklıkla görünüşlerini ve çalışma şekillerini değiştirmeleridir. Buna ek olarak parazitler, vücudun doğal savunmasını kandırma veya atlatma konusunda doğuştan gelen bir yeteneğe sahiptir.

Örneğin, bir hastada parazit olduğundan şüphelendiğimde bile bazen kas testinde hiçbir parazitin bulunmadığı cevabının hayır olabileceğini keşfettim. Bu durumlarda, aynı şeyi sorduğumda sıklıkla şunu fark ettim:

Hastanın belirli bir antiparazitik takviyeye veya bitkiye ihtiyacı varsa evet yanıtı alırdım. Başlangıçta bu bana mantıksız göründü. Ama bunu düşündüğümde parazitlerin hayatta kalmasının bir kısmının manzaraya uyum sağlamaktan geçtiğini fark ettim.

Başka bir deyişle, parazitlerin bir kişinin vücudunun o kadar bir parçası olmasının alışılmadık bir şey olmadığını buldum ve bu kadar tuhaf görünse de, onların gerçekten güçlü bir test yapacakları bir antiparazitik takviyeye ihtiyaç duyduklarını belirleyebildim. Bunun gibi bir hasta antiparaziter takviye almaya başladıktan sonra, birkaç gün içinde kişinin bilinçaltından gerçekten parazit olduğuna dair olumlu bir cevap alırdım.

Parazitlerin metabolizması olan organizmalar olduğunun farkına varmak önemlidir. Aldıkları besinleri ya sizin tükettiğiniz yiyeceklerle beslenerek ya da aslında vücudunuzun kendisinden beslenerek metabolize ederler ve metabolizmaları atık madde üretir. Bu nedenle birçok parazit, kulağa ne kadar korkunç gelse de, aslında dokularınızda idrar ve dışkılamayla sonuçlanır.

Parazitlerle uğraşan insanlarla çalışırken belirli kalıpları fark ettim. Doğası gereği geçici olan veya vücudun bir bölgesinden diğerine geçiyormuş gibi görünen ağrıdan şikayet eden kişilerde sıklıkla parazitler olur. Sanki parazitler vücudun bir bölgesine taşınıyor, besin kaynaklarını tüketiyor ve tıpkı bir çekirge sürüsünün harap olmuş bir mahsulden diğerine geçmesi gibi yollarına devam ediyorlardı.

Birçok parazit, protein metabolizmasının bir yan ürünü olan ürik asit üretir. Bu, vücuttaki ürik asit seviyelerini yükselterek gut olarak bilinen bir duruma yol açabilir. Gut, orta çağda “kralların hastalığı” olarak biliniyordu, çünkü yalnızca çok zengin olanlar şarap içmeye ve ürik asit kaynağı olan kırmızı et yemeye gücü yetiyordu. Bazen bir hastaya antiparaziter bitkisel takviyeler verildiğinde gutunun ortadan kaybolduğunu buldum. Bunun, istenmeyen kiracıların ölümüyle birlikte ürik asit üretiminin önemli ölçüde azalmasından kaynaklandığına inanıyorum. Angela'nın bir sonraki hikayede bulduğu gibi, Vücut Kodunu kullanarak parazitleri bulmak oldukça doğru olabilir.

Parazitler Onaylandı

Fransa'daki müşterilerimden biri, üç yaşındaki torununun yanında olmak için hastaneye koştu. Bir haftadır yürümeye başlayan çocuk 40 santigrat derece (kabaca 104 Fahrenheit derece) ateş yaşıyordu ve kimse neyin yanlış olduğunu anlayamadı. Bir göz atmam için izin alıp alamayacağını sordum. Birkaç saat sonra onay aldım.

Body Code uygulamasını kullanarak hipotalamusta (sıcaklık düzenlemesini kontrol eden) bir dengesizlik ve ardından hem dalakta hem de karaciğerde parazitik enerjinin neden olduğu metabolik atık buldum. Karaciğerde ayrıca iltihap enerjisi vardı. Hangi parazitin bu kadar yüksek ateşe neden olabileceğini merak ediyordum ve parazitlerin bir listesini buldum. O listede olup olmadığını sordum ve evet aldım. Buna "" denirdi.*Toksoplazma gondii*parazit." Müvekkilim bulgumu anlattıktan bir hafta sonra doktorun teşhisini aldı. Toksoplazmozdu!

- ANGELAH., QUEBEC, CANADA

Mikroskobik organizmalardan büyük organizmalara kadar birçok farklı parazit türü vardır. İnsanlarda sorunlara neden olabilecek üç ana parazit sınıfı vardır:

- **PROTOZOA:**Konakçının vücudunda yaşayan tek hücreli, mikroskobik organizmalar
- **HELMİNTLER:**Konakçının vücudunda yaşayan parazitik kurtlar, örneğin yuvarlak kurt, kancalı kurt, kıl kurdu, tenya, şans, vb. **EKTOPARAZİTLER:**
- Yaşayanlar*Açık*konağın vücudunun içinde olmak yerine, örneğin bitler, pireler, tahtakuruları vb.

Parazitler hiç belirti oluşturmayabileceği gibi çok çeşitli belirtilere de neden olabilirler. Parazitlerin neden olduğu bazı yaygın problemler arasında kabızlık, şişkinlik ve ishal gibi bağırsak sorunlarının yanı sıra kas ağrısı ve zayıflığı, yorgunluk, kaygı ve sık görülen deri döküntüleri yer alır. Kronik ve uzun süreli parazit istilası, ülseratif kolit ve Crohn hastalığı gibi ciddi ve tehlikeli hastalıklara yol açabilir.

Gördüğüm en kötü parazit istilası vakası aynı zamanda Beden Yasası'nın çözülmesine yardımcı olduğu gizemli bir vakaydı.

JULIE'NİN HİKAYESİ

Julie yirmi iki yaşındayken ailesi onu beni görmeye getirdi. Günlük nöbetler ve aşırı yorgunluktan acı çekiyordu ve sürekli kronik ağrıyla harap olmuş bir vücutta hayata katlanıyordu. Bu da yetmezmiş gibi Julie'nin de hafıza sorunları vardı. Uzun süreli hafızasının çoğunu kaybetmişti, bu da geçmişteki olayları ve arkadaşlarını hatırlamasını zorlaştırıyordu ve kısa süreli hafızası dramatik bir şekilde zarar görerek onu ebeveynlerinin evinde yatalak hale getiriyordu.

Dört yıl önce Julie on sekiz yaşındaydı, liseden yeni mezun olmuştu ve sağlıklı bir tablo çiziyordu. Dünyayı daha iyi bir yer haline getirmek için bir şeyler yapmak istiyordu ve Filipinler'de misyoner olarak hizmet etme teklifi geldiğinde bu şansı değerlendirdi. Filipinler'deki koşullar beklediğinden çok daha ilkeldi. Sonunda bir yetimhanede hijyenik olmayan koşullar altında uzun saatler çalıştı. Birkaç ay sonra çok hastalandı ve Amerika Birleşik Devletleri'ne dönmek zorunda kaldı.

Belirtileri şaşırtıcıydı. Ailesi onu bir uzmandan diğerine götürdü ama kimse ona teşhis koyamadı. Ancak onun ölmekte olduğu herkes için açıktı. Kimliği belirlenemeyen bilinmeyen bir saldırgana karşı verdiği savaşı kaybederek hayatını kaybediyordu. Karar? Yaşamak için dört ay süre verildi. Düşme hızı nedeniyle doktorları onun bu kadar sürenin ötesinde yaşayacağını hayal edemiyordu.

Ailesi onu beni görmeye getirdiğinde bir şekilde Julie dört yıl hayatta kalmıştı. Dayanmayı başarmıştı ama yaşam kalitesi yoktu. Ailesi bana bunların onun son dört yıldır uğraştığı semptomlar olduğunu ve aslında onu içine kapanık hale getiren semptomlar olduğunu anlattı. Onu daha fazla tıp uzmanına götürmekten vazgeçmişler ve belki ona yardım etmek için bir şeyler yapılabileceğine dair en ufak bir umutla onu son çare olarak ofisime getirmişlerdi.

Hastalığına neden olan dengesizlikleri bulmak için kas testi yaptığımda onda bir parazit olduğunu fark ettim. Daha fazlasını kontrol ettiğimde aldığım cevap, onda tek bir parazitin olmadığı, toplam dokuz farklı parazit çeşidinin olduğuydu; bu, şimdiye kadar başka kimsede görmediğim kadar fazlaydı. Ofisimde kullandığımız çeşitli antiparaziter takviyelerden o anda hangisine ve hangi dozaja ihtiyacı olduğunu test ettim. BEN

takviyeleri düzenli olarak alma konusunda çok tutarlı olması gerektiğini söyledi. Annesi bundan emin olacağını söyleyerek konuştu. Julie başını kaldırdı ve bana ince bir gülümsemeyle elinden geleni yapacağını söyledi.

Julie'nin vakasıyla ilgili büyüleyici olan şey onun iyileşmesinin bir yıl sürmesi değil, o yılın nasıl geçtiğiydi. O yıl yaklaşık on sekiz kez ofisime iki saatlik gidiş-dönüş yolculuğunda acı çekti. Her geldiğinde parazitlerle ne durumda olduğunu görmek için onu test ediyordum. Bir popülasyon öleceği ve başka bir parazit popülasyonu yumurtadan çıkacağı için, genellikle bir antiparazitik takviyeden farklı bir antiparazitik takviyeye geçmeyi gerektiren parazitleri vücudundan birer birer yok etmeyi başardık.

Yaklaşık on iki aylık bir bakımın ardından, yalnızca bilinçaltının yönlendirmesine güvenerek Julie nihayet iyileşmişti.

O yılın sonunda onu her zaman yeniden hayat dolu, mutluluk dolu, yeniden sağlıklı olmanın şükran dolu genç bir kadın olarak hatırlayacağım. Bana tekrar eski hayatına dönmeye çalıştığını, alışverişe gittiğini, restoranlara gittiğini, yürüyüşe çıktığını söyledi. Bana, kendisini gördüklerinde şaşkınlıkla durup, "Öldüğünü sanıyordum!" diye bağıran eski arkadaşlarıyla birçok kez karşılaştığını söyledi.

Julie üniversiteye geri döndü ve ileri düzey işaret dili diploması aldı.

Sorununu doğru teşhis edemedikleri için Julie'nin doktorlarını suçlamıyorum. Sanırım Filipinler'de kalsaydı bu daha muhtemel olurdu, ancak Amerika Birleşik Devletleri'ndeki doktorlar birincil sorunu parazit istilası olan hastalarla çalışmaya alışkın değiller.

Aslında benim deneyimim, Amerika Birleşik Devletleri'nde parazitlere yönelik yapılan çoğu testin, insanlarda parazit bulunan durumlarda sıklıkla olumsuz sonuçlar verdiği yönündedir. Gerçekten de, muayenehanemde hastaları parazitlere yönelik tıbbi testlere göndermekten vazgeçtim ve daha doğru yanıtlar almak için kas testlerine yüzde 100 güvenmeye başladım.

Bir sonraki hikayede Scott, bir kadının körlüğüne katkıda bulunan dengesizlikleri bulmak ve düzeltmek için Beden Kodu Sistemini kullandı ve harika sonuçlar elde etti.

Parazit Enerjisi Hasara Yol Açıyor

Bana sadece birkaç hafta içinde kör olan bir kadın gönderildi. Doktorları, gözlerine zarar veren parazitlerin bulunduğunu ve bunun çok nadir görülen bir durum olması nedeniyle ona yardımcı olabileceğini düşündükleri bir tedavi olmadığını söyledi. Yardım için bana yönlendirildi.

Vücut Kodu Sistemini kullanarak, bu parazitlerin gelişmesi için "verimli zemin" oluşturan çok sayıda yanlış hizalama bulduk. Parazitlerin, kelimenin tam anlamıyla her iki gözünün kornealarını ve lenslerini tüketen amipler olduğu belirlendi. En önemlisi, genel vücut pH'ının bir insan için oldukça asidik olan 6,5 olduğu bulundu.

Görüşünü geri kazanmak için üç yönlü bir saldırıya başladık. Amipleri temizlemek için bütünsel bir takviye bulduk. PH'ını normal aralık olan 7,3-7,5'e yükseltmek için bir beslenme ve enerji dengeleme protokolü oluşturduk. Ve yanlış hizalamaları, dengesizlikleri ve tutsak kalmış duyguları temizlediğimiz sekiz Beden Kodu seansımız vardı. Üç ay sonra amipler yok oldu. Daha fazla ilaç kullanmadan doktorları ona yeni kornealar ve lensler verebildiler ve başlangıçta tüm görme yetisini kaybettikten bir yıl sonra artık normal, üretken bir hayat yaşıyor ve tam görüşe sahip.

- SPAMUKS., N.EWHAMPSHIRE, senNİTEDSTATES

PARAZİTLERLE BAŞA ÇIKMAK İÇİN FAYDALI İPUÇLARI

Lütfen parazitlerin tehlikeli olabileceğini anlayın, bu nedenle aklınızda herhangi bir şüphe varsa tıbbi yardım alın.

Tecrübelerime göre parazitler en iyi şekilde sağlıklı gıda mağazalarında bulunan bitkisel ilaçlarla öldürülür. Belirli bir bitkisel preparatı basitçe tutabileceğinizi veya düşünebileceğinizi ve bilinçaltının güçlü bir kas testi yapacağını veya bunun yardımcı olacağını belirtmek için öne doğru sallanacağını unutmayın.

Eğer kadının hamile kalma veya hamile kalma ihtimali varsa herhangi bir bitkisel takviye almaması gerekir. Herhangi bir şüpheniz varsa,

lütfen bir bitki uzmanına veya hekime danışın.

Akılda tutulması gereken bir diğer nokta da parazitlerin herhangi bir formüldeki şifalı bitkilere karşı tolerans geliştirebilmesidir, bu nedenle ne alındığını periyodik olarak yeniden kontrol etmek önemlidir.

Yiyeceklerin tam olarak pişmesini sağlamak, böcek kovucu kullanmak ve iyi hijyen kurallarına uymak parazit kapma riskini azaltabilir.

EGZERSİZ: BİR PATOJENİ BULUN VE TEDAVİ EDİN ENERJİK OLARAK

AŞAMA 1.

Şunu sorun: "Bende (veya sizde) şu anda ele alabileceğimiz bir patojen var mı?"

- **Cevabınız evet ise 2. adıma geçin.**
- **Hayırsa, fiziksel bir patojen mevcut olmayabilir veya bunu şimdi ele almak mümkün olmayabilir, bu nedenle daha sonra tekrar denemek isteyebilirsiniz.**
- **Adım 2 (Kod Çözme). Şunu sorun: "Bu patojen hakkında daha fazla bilgiye ihtiyacımız var mı?"**
- **Hayırsa Adım 3'e (İlişkilendirme) geçin.**
- **Cevabınız evet ise aşağıdaki sorulardan bir veya birkaçını sorun. Bu sorulardan herhangi birinin cevabı belirlendikten sonra 2. Adıma (Kod Çözme) dönün.**
  - **Bazen gerekli olan tek şey patojen tipini tanımlamaktır. Test edebileceğiniz bazı yaygın patojenler bu bölümün başındaki tabloda yer almaktadır. Belirli bir patojeni tanımladıktan**
  - **sonra 2. Adıma (Kod Çözme) dönün ve bilmeniz gereken daha fazla şey olup olmadığını sorun. Patojen hakkında daha fazla bilgiye ihtiyacınız yoksa Adım 3'e (İlişkilendirme) gidin, aksi takdirde aşağıdaki soruyu sorabilirsiniz:**
  - **Şunu sorun: "Bu enerjinin bedendeki yerini bilmemiz gerekiyor mu?"**

Cevabınız evet ise, bunu tespit etmek için bir eleme süreci kullanmak faydalı olabilir. Örneğin, bedeni ikiye bölün ve enerjinin bedenin alt yarısında mı yoksa üst yarısında mı toplandığını sorun. Bedeni soldan sağa bölün ve enerjinin bedenin sol yarısında mı yoksa sağ yarısında mı toplandığını sorun. Bu şekilde bölmeye devam edin ve patojenin vücutta yerleştiği yeri belirleyene kadar sormaya devam edin, ardından Adım 2'ye (Kod Çözme) dönün.

AŞAMA 3.

(İlişkilendirme) Şunu sorun: "Kodunun çözülmesi gereken ilişkili bir dengesizlik var mı?"

- **Hayır ise Adım 4'e (Niyet) geçin.**
- **Cevabınız evet ise, Vücut Kodu Haritasına geri dönün ve ilgili dengesizliklerin kodunu çözün ve adresleyin, ardından buraya geri dönün ve Adım 3 (İlişkilendirme) sorusunu tekrarlayın.**

ADIM 4.

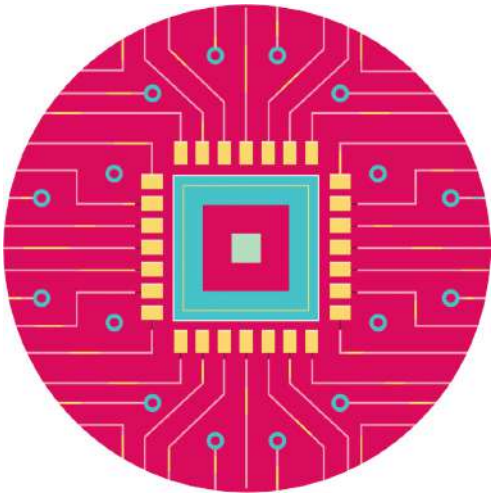
(Niyet) Hem patojenin enerjisini (yaşam gücünü) serbest bırakma hem de bağışıklık sistemine fiziksel organizmaları arama ve yok etme talimatını verirken, bir mıknatısla veya elinizi yönetici meridyenin herhangi bir uzunluğu üzerinde üç kez kaydırın.

- **Adım 5. Şunu sorun: "Patojenin enerjisini serbest bıraktık mı?" Cevabınız evet ise, 1. Adımdan başlayabilir ve başka bir patojen bulmak için işlemi tekrarlayabilirsiniz.**

- **Hayırsa, yeniden odaklanın, yardım için dua edin, kalbinizin bunun işe yarayacağına dair sevgi ve şükran hissetmesine izin verin ve niyetle bir kez daha üç kez kaydırın.**
- **Bu patojeni ortadan kaldırma sürecini tamamlamak için fiziksel desteğin gerekli olabileceğini unutmayın. Daha fazla bilgi için bir sağlık uzmanına, beslenme uzmanına veya bitki uzmanına danışmanız önerilir.**
- **Herhangi bir enfeksiyonun potansiyel olarak tehlikeli olduğunu unutmayın. Özellikle herhangi bir çare kullanmadan önce tıbbi tavsiye alın.**

BÖLÜM 3

DEVRELER VE SİSTEMLER



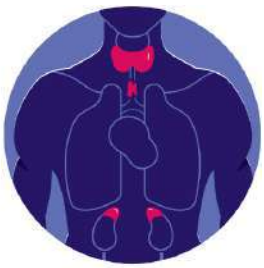
Bizler yavaşlamış ses ve ışık dalgalarıyız, kozmosa ayarlanmış yürüyen frekanslar demetiyiz. Bizler kutsal biyokimyasal giysiler giymiş ruhlarız ve

bedenlerimiz, aracılığıyla hareket etmemizi sağlayan araçlardır.

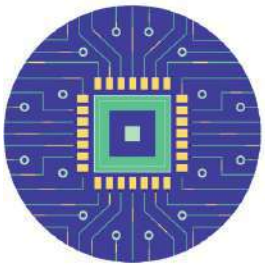
ruhlar müziklerini çalar.

— ALBERT EINSTEIN'E AİTTİR

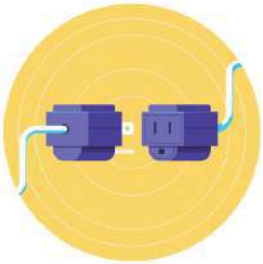
The Organs



The Glands



Systems



Disconnections

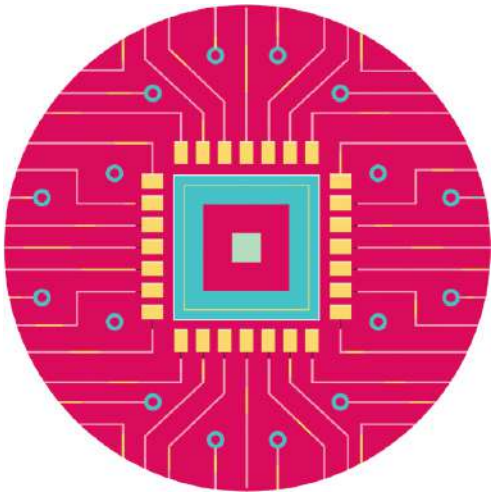
Bu dengesizlik kategorisi organlar ve bezlerle olduğu kadar bunlarla ilgili sistemlerle de ilgilidir. Ayrıca bu kategori organlar, bezler ve kaslar arasındaki çeşitli enerji bağlantılarını da içerir.

11

DEVRELER

Sorunlarımızı dokularımızda saklıyoruz.

— ANONİM



ORGANLAR, BEZLER VE KAS BAĞLANTILARI

Çeşitli organlar, bezler ve belirli kaslar arasında benzersiz ve büyük ölçüde bilinmeyen enerjik bir bağlantı vardır. Basitçe söylemek gerekirse, eğer bir organ dengesizse, belirli bir kas veya kaslar da dengesiz olacaktır.

Mesela öğrenci kliniğindeyken her hafta beni görmeye gelen bir hastam vardı. Omurgasındaki yanlış hizalanmış omurlardan kaynaklanan kürek kemikleri arasında kronik ağrı çeken orta yaşlı bir adamdı. Haftada bir kez omurgasının bu bölgesini yeniden hizalardım, bu onu çok rahatlatırdı. Ancak birkaç gün sonra ağrı yeniden ortaya çıktı ve ertesi hafta omurgasını yeniden hizaladım ve bu döngü aylarca tekrarlandı.

Merak içinde kaldım: "Burada neler oluyor? Onun doktoru olarak bende bir sorun mu var? Onda bir sorun mu var? Bu kemikler neden aynı hizada kalmıyor?”

Bu adamın muhtemelen karaciğerinde bir dengesizlik olduğunu fark edene kadar yıllar geçti, çünkü karaciğer, sağ kürek kemiğinin içini omurgaya bağlayan eşkenar dörtgen kasla enerjik olarak bağlantılıdır.

Her organın ve birçok bezin bunun gibi kaslarla bağlantıları vardır. Bu bağlantıların ne kadar önemli olduğunu anlamanıza yardımcı olmak için sizinle birkaç hikaye daha paylaşmak istiyorum.

JAZZERCISE

Bir gün Joan adında yeni bir hastam yanıma gelip şöyle şikayet etti: “Dizlerim beni öldürüyor. Doktora gittim; aşırı kullanım sakatlığım olduğunu söyledi. Gördüğünüz gibi fazla kiloluyum. Kilo vermek için Jazzercise derslerine gidiyordum. Doktor bana dizlerimden dolayı caz egzersizini bırakmam gerektiğini söyledi ama korkarım ki eğer devam etmezsem kilo veremeyeceğim ve eğer veremezsem. ağırlıktan dolayı kocamın beni terk etmesinden korkuyorum.”

Sol diz ağrısının sıklıkla sol adrenal bezdeki dengesizlikle ilişkili olduğunu biliyordum çünkü sol diz eklemini geçen kaslarla enerjik bağlantıları var. Ve sağ diz ekleminden geçen kas bağlantıları nedeniyle sağ diz ağrısının genellikle safra kesesindeki dengesizlikle ilişkili olduğunu biliyordum. Bu yüzden başlayacak bir yerim vardı.

Bir kolunu yere paralel tutmasını sağladım ve ne kadar dengeli olduklarını görmek için vücudundaki organları ve bezleri test etmeye başladım. “Safra kesesi” dediğimde kolu birdenbire zayıfladı. Safra kesesinde bir sorun vardı. Safra kesesinde herhangi bir sorun olup olmadığını sorduğumda ise "Hayır, bildiğim kadarıyla değil" yanıtını verdi.

Şunu sordum: "Safra kesenizin dengesini bozan tutsak kalmış bir duygunuz var mı? Şimdi koluna bastırdığımda kolu güçlüydü, bu da evet cevabını gösteriyordu. Safra kesesini etkileyen birkaç tutsak duyguyu bulup onları serbest bırakmayı başardım. İşim bittiğinde safra kesesi kas testinde güçlüydü, bu da yeniden dengeye geldiğini gösteriyordu.

Ben de şöyle dedim: "Neden biraz dolaşmıyorsunuz ve sağ dizinizin şu anda nasıl olduğunu görelim."

Birkaç adım attı, bana baktı ve şöyle dedi: “Sağ dizimde hiç ağrı hissetmiyorum. Vay!"

Şimdiye kadar, çok iyi. Organlarını ve bezlerini kontrol etmeye ve her biri için kas gücünü test etmeye devam ettim. Sol adrenal bezine ulaştığımda kolu tekrar zayıfladı. Hastalarla yaptığım çalışmalarda organ ve bezlerdeki dengesizliklerin çoğunun tutsak kalmış duygulardan kaynaklandığını öğrendikten sonra şunu sordum: "Bu bezin dengesini bozan, serbest bırakabileceğimiz tutsak kalmış bir duygu var mı?" Kolu güçlü bir şekilde test edildi ve yine bu dengesizliğin kökeninde birkaç tutsak duygu buldum ve onları serbest bıraktım. Tekrar ofisimde biraz dolaşmasını ve sol dizini test etmesini istedim.

Birkaç adım attıktan sonra bana döndü ve şöyle dedi: "Bu nasıl mümkün olabilir? Artık iki dizimde de ağrı hissetmiyorum!”

DEVRELER

Devrelerin nasıl çalıştığı olgusunu anlamak için hadi vücudunuzu eviniz ile karşılaştıralım. Hiç evinizde sigorta attırdınız mı? Tek bir elektrik prizine çok fazla cihaz takarsanız, çok fazla güç çekersiniz ve bu da devrenin patlamasına neden olur. Aniden o odadaki ışıklar ve tüm elektrikli aletler kapanacak veya evin tüm o bölümünde elektrikler kesilebilecektir. Bulunduğunuz odanın ışıkları sönse yan odadaki televizyonun da aniden kapanması mümkün mü? Bu nasıl olabilir? Bu ancak televizyonun aşırı yüklediğiniz elektrik priziyle aynı devrede olması durumunda gerçekleşebilir.

Vücutta herhangi bir organa ya da beze aşırı yük bindirirseniz, devresine aşırı yük bindirirsiniz ve bir anlamda “sigortayı” patlatırsınız. İşte vücudumuzda bunun nasıl gerçekleşebileceği. Bu örnek için karaciğeri kullanalım. Karaciğerin görevi vücudu toksinlerden arındırmaktır. Karaciğere aşırı yüklenmenin yollarından biri vücudunuza zehirli şeyler almaktır. Karaciğerde biriken duygusal enerjileri hapsetmişseniz, pestisit veya ot ilaçlarına maruz kalıyorsanız, çok fazla alkol tüketiyorsanız veya zehirli gıda katkı maddeleri tüketiyorsanız, karaciğere aşırı yük bindirebilirsiniz ve bu da onun “sigortasını” patlatabilir. Karaciğer, dengesizlikleri düzeltilinceye kadar artık tam kapasiteyle çalışamayacaktır.

Her ne kadar organlarımız ve bezlerimiz gerçek bir "sigortaya" sahip olmasa da, organların, bezlerin ve kasların enerjisel olarak nasıl bağlantılı olduğunu açıklamanın ve anlamanın en kolay yoludur. Bir organın işlevini azaltmanın yanı sıra, bir organa aşırı yük bindirmek, aynı devre üzerinde oldukları için bağlı olan bazı kasların dengesini bozar. Her organ ve bezlerin çoğu, vücuttaki bir kas veya kaslarla bu bağlantıya sahiptir.

Bir organ veya bezdeki dengesizlik genellikle eklemlerde veya kas bağlantılarının hizmet verdiği bölgelerde ağrıya neden olur. Aynı zamanda kas güçsüzlüğüne de neden olabilir, bu da vücudun belirli bir bölümünü savunmasız ve yaralanmaya yatkın hale getirebilir. Örneğin, safra keseleri dengesiz olan kişilerde sağ diz yaralanmaları yaygındır, çünkü Tracey'nin aşağıdaki hikayede bulduğu gibi safra kesesi sağ dizin arkasındaki belirli bir kasla aynı devre üzerindedir.

Safra Kesesinin Hayaleti

> Duygu Kodu ve Beden Kodu ile ilgili bulabildiğim her web seminerini izliyorum. Safra kesesi dengesizliğinin sağ diz ağrısına neden olabileceğini tartışıyordunuz. Sahip değilim *Gövde Kodu* henüz, ama safra kesemde bir dengesizlik olup olmadığını vücuduma sormaya karar verdim. Cevap evetti ve iki duyguyu serbest bıraktım. Dizim artık harika hissediyor! (Doktorum bunun artrit olduğunu söyledi.) Bu kadar şaşırtıcı olan şey, kızımın 1990'da doğması ve iki hafta sonra safra kesemi aldırmamdı. Fiziksel organ yirmi iki yıldır yok ama enerji (ruh) organı hâlâ orada!
>
> - TRACEY B., WISCONSIN, sen NİTED STATES

Sol diziniz ağrıyorsa bunun nedeni muhtemelen adrenal bezinizde bir dengesizlik olmasıdır.

Sağ diziniz ağrıyorsa bunun nedeni muhtemelen safra kesenizdeki dengesizliktir.

Kürek kemiklerinizin arasında dırdırcı bir ağrı varsa, bunun nedeni muhtemelen karaciğerinizdeki bir dengesizliktir.

Sırtınızın alt kısmı ağrıyorsa, bunun nedeni muhtemelen böbreklerinizin dengesiz olmasıdır.

Her organın ve bezlerin çoğunun eklemlere bağlı kaslara enerjisel olarak bağlı olduğunu anladığınızda, eklem ağrısı olduğunda ilk bakılacak yerin ilgili organ veya bezler olduğunu anlarsınız.

Elbette organlar ve bezler enerjisel olarak bağlı oldukları kaslara fiziksel olarak temas etmiyorlar. Bunun yerine, aynı "elektrik devresi" üzerindedirler. Evinizdeki elektrik kabloları ile sigortanın atması arasındaki benzetmeyi düşünün.

OLAĞAN ŞÜPHELİLER"	
Bel ağrısı	Böbrek—İleoçekal Kapakçık—Uterus— Böbreküstü Bezleri
Diz ağrısı	Böbreküstü Bezleri (Sol Diz) Safra Kesesi (Sağ Diz)
Üst Sırt Ağrısı	Karaciğer-Dalak-Safra Kesesi
Sırt Ortası Ağrısı	Böbrek – Safra Kesesi
Bilek/Dirsek	Safra Kesesi - Mide - Dalak - Pankreas
Omuz	Tiroid—Safra Kesesi (sağ omuz)—Kalp (sol omuz)
Temporomandibular Eklem (TMJ)	Böbrek

Yıllar geçtikçe rahatsızlık yaratan en yaygın organ ve bez dengesizliklerinin burada gösterilen gibi bir tablo halinde düzenlenebileceğini öğrendim. Bu, belirli bir sorunu çözmeye çalışıyorsanız hangi organların veya bezlerin kontrol edileceğini bilmek açısından yararlı olabilir. Örneğin arkadaşınızın bel ağrısı çektiğini varsayalım. Hem sol hem de sağ böbreklerin dengesini kontrol ederek başlayabilirsiniz. Testler iyiyse ileoçekal valfi, ardından uterusu ve adrenalleri kontrol edebilirsiniz. Bu organları ve bezleri istediğiniz sırayla test edebilirsiniz, ancak organlar ve bezler burada, onları sorunun bir parçası olarak bulma sıklığına veya olasılığına göre düzenlenmiştir. Başka bir deyişle böbrek dengesizliği en çok

Bel sorununun yaygın nedeni, bunu ileoçekal kapak, ardından rahim ve ardından adrenaller takip ediyor. Unutmayın bu kesin bir şey değil, bu düzen sadece kendi deneyimimi yansıtıyor ve size zaman kazandırmak için burada paylaşıyorum. Bu liste her şeyi kapsamamaktadır ancak size başlamanız için harika bir yer sağlar.

MEMNUNİYET TESTİ

Organlar ve bezlerdeki dengesizliği belirlemenin harika bir yolu, benim memnuniyet testi adını verdiğim şeydir..Bir organın, bezin veya vücudun herhangi bir bölümünün "mutlu" veya "dengeli" olup olmadığını sorarsanız, vücut size kas testi yoluyla bunu söyleyecektir. Bu, normalde uzun süre ortaya çıkmayabilecek dengesizlikleri ortaya çıkarabilir, çünkü bir organ, ciddi sorunlar ortaya çıkmaya başlamadan yıllar önce dengesizlik gösterebilir.

Bunun nasıl çalıştığını anlamak için, en azından benim gördüğüm kadarıyla, şeylerin doğasını anlamalısınız. Bunun size de anlamlı gelebileceğini düşünüyorum. Her şeyin fiziksel olarak yaratılmadan önce ruhsal olarak yaratıldığına inanıyorum. Her şeyin neşe için tasarlandığına inanıyorum ve mutluluğun varoluşumuzun nihai amacı olduğuna, sevinçle yaşamayı öğrenmek olduğuna inanıyorum.

MUTLU ORGANLAR

Eski doktorlar organlara ve salgı bezlerine bedenin “krallığı”ndaki ayrı “memurlar” olarak bakıyorlardı. Bazı organ ve bezler diğerlerinin hizmetindeydi, bazıları ise diğerleri üzerinde baskındı; bunların arasında karmaşık ilişkiler vardı ve her organ ve bez ayrı birer parça olarak görülüyordu.*istihbarat*. Eğer bir organa, beze ya da vücudun herhangi bir kısmına onun “memnun” ya da “mutlu” olup olmadığını sorarsanız, vücut size bunu söyleyecektir. Bu, normalde çok uzun bir süre boyunca ortaya çıkmayabilecek dengesizlikleri ortaya çıkarabilir; çünkü bir organ, sonunda hastalık ortaya çıkmadan önce yıllar boyunca "mutsuz" veya "memnuniyetsiz" kalabilir.

Eğer bir organ ya da bez “mutsuz” görünüyorsa, III. bölümdeki Beden Kodu Haritasına başvurabilirsiniz (Burada) ve "Bunun nedeni grafiğin sağ tarafındaki dengesizlik mi?" diye sorun. Değilse, o zaman grafiğin sol tarafında bir dengesizlik olduğunu bilirsiniz. Bu şekilde soru sormak sizi dengesizliğin nedenine götürecektir. Ne zaman bir organ bulsan

dengesizlik varsa, bunun her zaman bir nedeni vardır ve tüm dengesizlik kategorileri grafikte listelenmiştir.

Bir patojen olabilir. Bir çeşit beslenme eksikliği olabilir. Yapısal bir dengesizlik olabilir. Tutsak kalmış bir duygu olabilir. Bir travma olabilir. Bir çeşit toksisite olabilir. Eğer bir organınız mutsuzsa, Beden Kodu Haritasını kullanırsanız nedenini kısa sürede bulabileceğinizi garanti ederim. Bu şekilde, normalde uzun yıllar boyunca ortaya çıkmayacak dengesizlikleri bulup düzeltebilirsiniz.

EŞLEŞMİŞ ORGANLAR VE BEZLER

Eşleştirilmiş organlar ve bezler, böbrekler, akciğerler, adrenaller, yumurtalıklar, göğüsler ve testisler gibi vücudun her iki yanında aynı organa sahip olanlardır. Sol taraftaki organ veya bez genellikle ikisinin ana veya birincil organıdır; sağ taraf ise yedek veya yedek organ veya bezdir. Sonuç olarak, sağ taraftaki kardeşine göre daha ağır bir yük taşıdığı için genellikle ilk olarak sol taraftaki organ veya bez dengesiz hale gelir. Sol taraftaki organ veya bez, vücudun sol tarafındaki ilgili kas veya kaslarla doğrudan bağlantılıdır. Bu nedenle, sol organ veya bez aşırı yüklendiğinde ve "sigortası" attığında, vücudun aynı tarafındaki ilgili kaslar anında dengesiz hale gelecektir.

Buna göre sağ organ veya bez aşırı yüklendiğinde, vücudun aynı tarafındaki ilgili sağ kas veya kaslar dengesiz hale gelecektir.

Örneğin adrenal bezlere bir göz atalım. Bir kişi çok uzun süre çok fazla stres altında kaldığında, vücudun “stres bezleri” olan adrenal bezleri aşırı yüklenecektir. Sol taraftaki organlar ve bezler birincil olduğundan sol adrenal bez ilk önce dengesizlik eğilimi gösterecektir.

Sonuç olarak, sol adrenal bezle enerjisel olarak bağlantılı olan, sol diz eklemini geçen kaslar, sol adrenal bez dengesizleştiği anda dengesiz hale gelecektir. Sonuç, şu anda mevcut olan kas dengesizliği nedeniyle eninde sonunda sol dizde rahatsızlık veya ağrı olacaktır. Bu dengesizlik yaralanma olasılığını artırır ve sonuçta diz ekleminde osteoartrit oluşmasına neden olabilir. Stres devam ederse sağ adrenal bez de dengesiz hale gelebilir.

yani sağ diz ağrısına neden oluyor. Bu durumda vücudun iç işleyişini görebilir ve çok fazla stresin ilk belirtilerinden birinin neden sol diz ağrısı olduğunu artık biraz daha iyi anlayabiliriz.

KARPAL TÜNEL SENDROMU

Başka bir doktorun muayenehanesi tarafından bana sevk edilen belirli bir hastayı gördüğümü hatırlıyorum. Bir yıl boyunca karpal tünel sendromundan acı çekiyordu ve bu kayropraktik ofisindeki doktorlar tarafından, onların ofis müdürü olduğu için düzenli olarak tedavi edilmesine rağmen, ağrılı durumu hiçbir şekilde düzelmemişti.

Onu muayene ettiğimde ilk fark ettiğim şey safra kesesinin dengesiz olduğuydu. Safra kesesi sadece enerjik olarak sağ dizin arkasındaki kasa bağlanmaz, aynı zamanda sağ omuzdaki deltoid kasla da bağlantı kurar. Omzundaki bu kas dengesizliğinin devam eden karpal tünel sendromunun tek nedeni olduğu ortaya çıktı. Kas dengesizliği, orada hapsolmuş duygusal enerjiler nedeniyle safra kesesinin dengesiz hale gelmesine ikincildi. Bu tutsak kalmış duyguları serbest bıraktıktan sonra safra kesesi enerjik bir denge durumuna geri döndü, ilgili kaslar da dengelendi ve karpal tünel sendromu kısa sürede ortadan kalktı ve bir daha geri dönmedi. Kronik problemini çözmek için ofisimde bir seans yeterliydi.

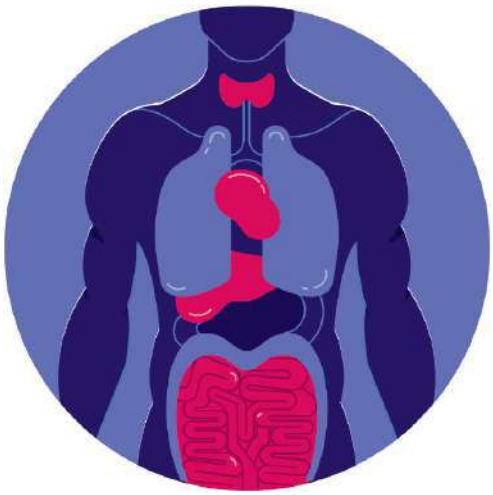
Sonraki iki bölümde yardıma ihtiyaç duyabilecek organ ve bezlerdeki dengesizliklerin nasıl bulunup düzeltileceğini açıklayacağım.

12

ORGANLAR

İnsan kalbi o kadar karmaşık bir organdı ki, hem kırılgan hem de dayanıklıydı.

— SUSAN PERUK

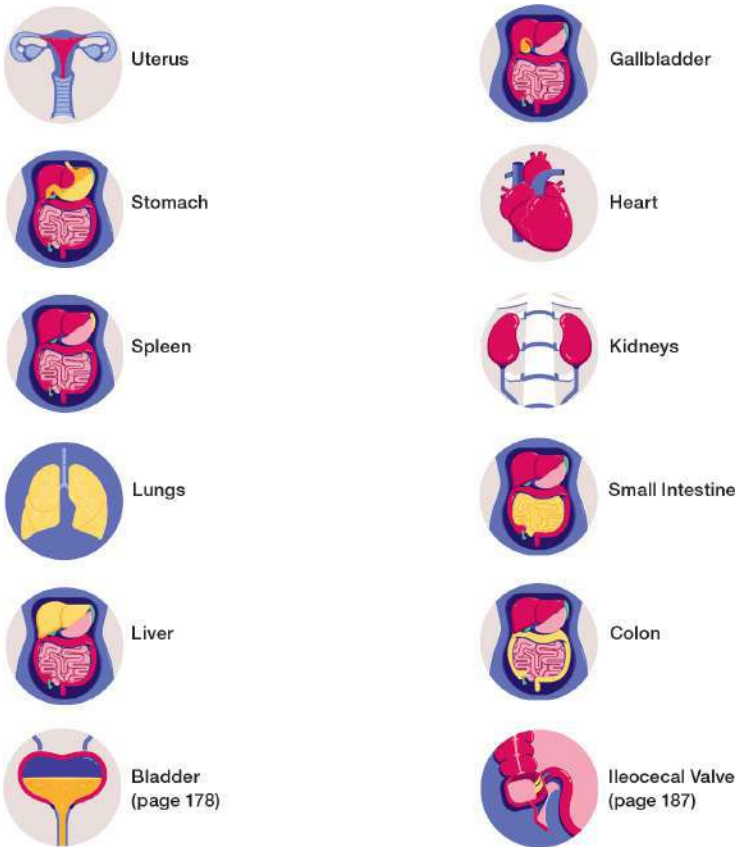


Bu bölümde her organın ana hatlarını, işlevleri, çeşitli kaslarla bağlantıları ve dengesizliğin en sık görülen semptomları dahil olmak üzere özetleyeceğim. Test sırasında dengesiz bir organ keşfederseniz, hakkında daha fazla bilgi edinmek için bu bölümdeki organa bakabilir ve dengesizliği düzeltmek için bu talimatları uygulayabilirsiniz.

Dengesi bozuk veya mutsuz bir organı bulmanın iki yolu vardır. Bir organın yardıma ihtiyacı olabileceğinden şüpheleniyorsanız basitçe şu soruyu sorabilirsiniz: "[Organ adı] dengeli mi?" Örneğin, “Kalbim mutlu mu?” veya “Karaciğerim dengeli mi?”

"____'m mutlu mu (ya da dengeli)?" ve bir kas testi yapın, evet veya hayır cevabı alırsınız. Kas yanıtı ise

güçlüyse, bu uyumlu veya evet cevabını gösterir; bu da organın muhtemelen iyi durumda olduğu anlamına gelir. Kas yanıtının zayıf olması ve hayır anlamına gelmesi organın yardım istediğini gösterir. Testinizde bu noktaya ulaştıysanız ve dengesiz bir organ tespit ettiyseniz aşağıdaki süreçte Adım 3'e geçin.



Dengesiz bir organı bulmanın bir diğer yolu da bu adımları takip ederek organ şemasını kullanmaktır.[5]

AŞAMA 1.

Şunu sorun: "Benim (ya da sizin) dengesiz [ya da mutsuz] bir organınız mı var?"

- **Cevabınız evet ise "Organ, organ tablosunun sağ tarafında mı?" diye sorun. Cevabınız**
- **evet ise 2. Adıma geçin.**
- **Hayır ise sol taraftadır. 2. Adıma geçin.**

ADIM 2.

Belirlenen tarafın üst kısmından başlayın ve "____ dengesiz mi?" diye sorun. Örneğin, Diyelim ki 1. Adımda evet yanıtı aldınız, yani organın haritanın sağ tarafında olduğunu biliyorsunuz. Mesane grafiğin en üstünde sağ tarafta yer aldığından, "Mesane dengesiz mi?" diye sorarsınız. Hayır yanıtı alırsanız aşağıya devam edersiniz

o sütunu bir sonraki organa götürün ve "Safra kesesinde dengesizlik mi var?" diye sorun. ve bu şekilde evet yanıtı alana kadar devam eder.

AŞAMA 3.

Dengesiz bir organı belirledikten sonra, o organı etkileyen dengesizlikleri bulmak ve düzeltmek için bu talimatları izleyin.

ADIM 4.

(İlişkilendirme) Şunu sorun: "Kodunun çözülmesi gereken ilişkili bir dengesizlik var mı?"

- **Hayırsa, organı sıfırlama niyetini korurken, bir mıknatısla veya elinizle yönetici meridyenin herhangi bir uzunluğu üzerinde üç kez kaydırın.**
- **Cevabınız evet ise, Vücut Kodu Haritasına dönün, ardından ilgili dengesizliklerin kodunu çözün ve bunlara yanıt verin, ardından buraya geri dönün ve yukarıdaki soruyu tekrarlayın. (Çoğu zaman organların, tutsak kalmış duygular veya diğer enerjiler nedeniyle dengesizleştiğini unutmayın.)**

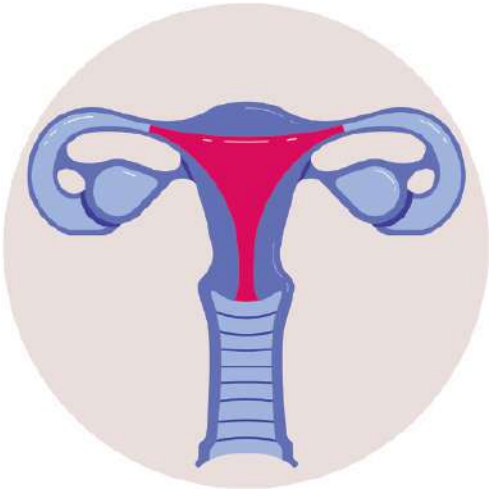
ADIM 5.

Şunu sorun: "Organ şimdi dengeli mi [ya da mutlu]?" Bu sorunun cevabı evet olduğunda o organı başarılı bir şekilde yeniden dengelemişsiniz demektir.

RAHİM

AÇIKLAMA

Rahim, alt karın bölgesinde ve pelvik boşluğun merkezinde bulunan kaslı bir organdır. Rahim kadın üreme sisteminin bir parçasıdır.



Rahmin Amaçları

- Fetüse büyüme ortamı sağlamak
- Doğum ve doğum için gereken kas gücünü sağlamak Kan
- akışını kadın sisteminin diğer bölümlerine yönlendirerek cinsel tepki oluşturmak

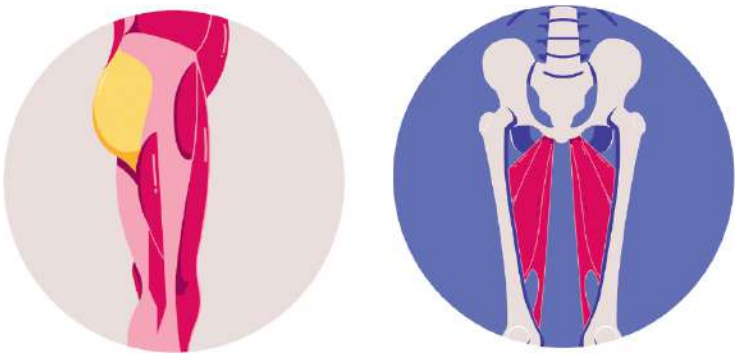
Rahim Dengesizliğinin Yaygın Belirtileri

- Bel, alt karın veya sol kalçada rahatsızlık Cinsel ilişki
- sırasında veya sonrasında rahatsızlık
- Kısırlık

Rahim Duyguları

Rahim duyguları, Duygu Kodu Tablosunun 6. satırında listelenmiştir.

Rahim-Kas Bağlantıları

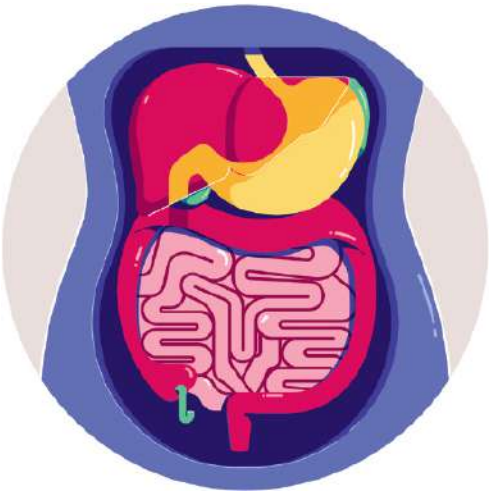


- Gluteal veya kalça kasları İç
- uylukların adduktör kasları

KARIN

AÇIKLAMA

Mide, karın boşluğunda yer alan içi boş kaslı bir organdır. Sindirim sisteminin bir parçasıdır.



Midenin Amacı

- Protein sindiren enzimleri, hidroklorik asit ve mukus salgılamak
- Yutulan yiyeceği çalkalamak ve sindirim sürecini başlatmak

MİDE DENGESİZLİĞİNİN YAYGIN BELİRTİLERİ

- Boyun, omuz, dirsek ve bileklerde rahatsızlık
- Hiatal herni
- Asit reflü
- Karın ağrısı
- Ülserler
- Gaz
- Şişkinlik
- İshal
- Kabızlık

Hiatal herni, midenin bir kısmının diyaframdaki bir açıklıktan yukarı doğru çıkması durumudur. Bu, mide ağrısına, asit reflüsüne, geğirmeye ve diğer hoş olmayan semptomlara neden olabilir. Popüler inanışın aksine, mide fıtığının düzeltilmesi için ameliyata nadiren ihtiyaç duyulur. Mide dengesizliğinin hiatal fıtık yaratması çok yaygındır, bu nedenle sıklıkla mide dengesizliğinin düzeltilmesi aynı zamanda hiatal fıtığı da düzeltecektir.

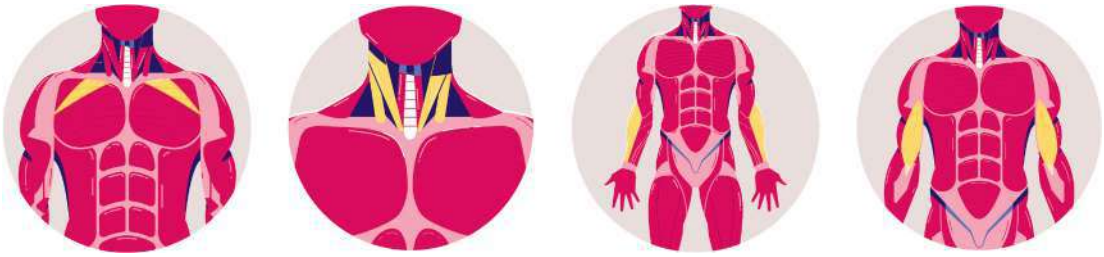
Mide fıtığını bulmak için basitçe şunu sorun: "Bende mi (ya da sende) mide fıtığı mı var?" Cevabınız evet ise ilgili dengesizlikleri bulun ve düzeltin,

daha sonra niyetle yönetici meridyenin üzerinde birkaç kez kaydırarak hiatal fıtığı enerjik bir şekilde düzeltin.

MİDE DUYGULARI

Mide duyguları, Duygu Kodu Tablosunun 2. satırında listelenmiştir.

MİDE-KAS BAĞLANTILARI

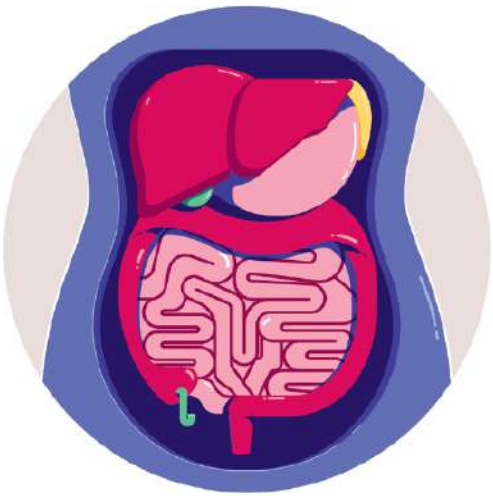


- Pektoralis majör klaviküler kasları, klavikulaya veya köprücük kemiğine bağlanan pektoralis kaslarının en üst kısmıdır. Eck
- fleksör kasları boynun derinlerinde bulunur. Toplu olarak, longus capitis kasları ve longus colli kasları adı verilen birkaç küçük kastan oluşan iki gruptan oluşurlar.
- Brachioradialis kasları ön kollarda ve dirseklerde bulunur. Bu kaslardaki dengesizlik, her iki taraftaki dirseği ve/veya bileği etkileme eğilimindedir. Brachioradialis kasları dengesizleştiğinde karpal tünel sendromu gibi ağrılı ve kalıcı sorunlara neden olma eğiliminde olacaktır.
- Biceps kasları üst kolların ön kısmında bulunur.

DALAK

AÇIKLAMA

Dalak, midenin sol tarafında, üst karın boşluğunda bulunur. Lenfatik sistemin yanı sıra bağışıklık sisteminin bir parçasıdır. Dalak dengesiz olduğunda veya çıkarıldığında enfeksiyona ve anemiye karşı artan duyarlılık yaratma eğilimindedir.



DALAĞIN AMACI

- Eski kırmızı kan hücrelerini atmak için
- Patojenlerin kandan uzaklaştırılması gibi önemli bağışıklık fonksiyonlarını gerçekleştirmek
- Kan rezervi tutmak Demiri geri
- dönüştürmek

DALAK DENGESİZLİĞİNİN ORTAK BELİRTİLERİ

- Sırtın orta kısmında veya sol omuzda rahatsızlık
- Bağışıklığın azalması
- Sol üst karın bölgesinde ağrı
- Tekrarlanan enfeksiyon
- nöbetleri Aşırı kanama
- Anemi
- Baş dönmesi
- Tükenmişlik
- Baş ağrıları

DALAK DUYGULARI

Dalak tarafından üretilen duygular, Duygu Kodu Tablosunun 2. sırasında yer alır.

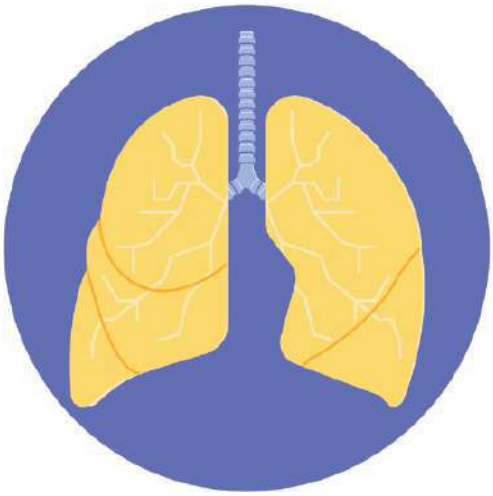
DALAK-KAS BAĞLANTILARI

- Trapezius kası, özellikle trapeziusun orta ve alt kısımları

AKCİĞERLER

AÇIKLAMA

Akciğerler, göğüs boşluğunda, kalbin her iki yanında bulunan büyük organlardır. Akciğerler solunum sisteminin ana bileşenidir.



AKCİĞERLERİN AMACI

- Kanı oksijenlendirmek için vücuda oksijen getirmek
- Karbondioksiti ortadan kaldırmak

AKCİĞER DENGESİZLİK BELİRTİLERİ

- Omuzlar arasında, kaburgalarda veya sırtın üst kısmında
- rahatsızlık
- Nefes darlığı
- Egzersiz yapma yeteneğinde
- azalma Sürekli öksürük
- Nefes alırken ağrı veya rahatsızlık

AKCİĞER DUYGULARI

Akciğer duyguları, Duygu Kodu Tablosunun 3. satırında listelenmiştir.

AKCİĞER-KAS BAĞLANTILARI

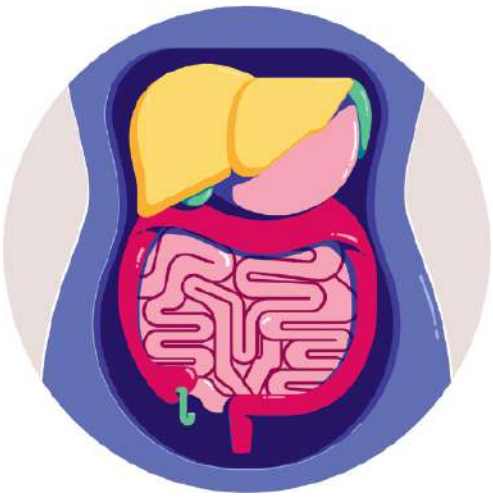
- Dış omuzların deltoid kasları
- Kolların altındaki oracobrachialis kasları humerusu gövdeye doğru ileri doğru çeker
- Göğsün ve kaburgaların yanlarında bulunan Serratus ön kasları

- Akciğerlerin altında bulunan ve solunumun ana kası olan kubbe şeklinde bir kas olan diyafram

KARACİĞER

AÇIKLAMA

Karaciğer sağ tarafta, göğüs kafesinin altında, safra kesesinin hemen üzerinde yer alan çok büyük bir organdır. Hem sindirim hem de bağışıklık sisteminin bir parçasıdır.



KARACİĞERİN AMACI

- Bağışıklık sistemini desteklemek için
- Kanı yabancı maddelerden temizlemek ve detoksifiye etmek
- Kimyasalları ve toksinleri parçalamak

KARACİĞER DENGESİZLİĞİNİN ORTAK BELİRTİLERİ

- Kürek kemikleri arasında veya sağ omuzda rahatsızlık
-

Şiddetli vakalarda şunları da görebilirsiniz:

- Sarılık (ciltte ve gözlerde sarımsı bir renk) Kilo
- kaybına neden olan iştah kaybı Sağ alt
- kaburgaların altında şişlik

Son üç madde ciddi karaciğer yetmezliğinin işaretidir. Bu belirtilerden herhangi birini fark ederseniz, bir tıp doktoruna görünmenin zamanı gelmiştir.

KARACİĞER DUYGULARI

Karaciğer, Duygu Kodu Tablosunun 4. satırında listelenen duyguları üretir.

KARACİĞER-KAS BAĞLANTILARI

- Göğsün ortasındaki pektoralis majör kasları Rhomboideus
- major veya sağ taraftaki rhomboid kas. Eşkenar dörtgen kas, omurganın merkezindeki torakal omurlardan (ikinci, üçüncü ve dördüncü torakal omurlar) ayrılır ve sağa eğik bir açıyla ilerleyerek kürek kemiğinin iç kenarına bağlanır.

MESANE

AÇIKLAMA

Mesane, alt karın bölgesinde yer alan çok kaslı ve elastik içi boş bir organdır. Üriner sistemin bir parçasıdır.

MESANENİN AMACI

- Böbreklerin ürettiği idrarı depolamak

- İdrarı idrar yoluyla ortadan kaldırmak için

MESANE DENGESİZLİĞİNİN ORTAK BELİRTİLERİ

- Bel, diz, ayak bileği veya ayakta rahatsızlık Sık idrara
- çıkma nedeniyle noktüri veya uykunun bölünmesi
- Aciliyet, sık idrara çıkma
- Yatak ıslatma
- idrar kaçırma
- İdrar yolu enfeksiyonu
- İdrar yaparken kanama (idrarda kan görülmesi mesane kanserinin bir numaralı belirtisidir)

MESANE DUYGULARI

Mesanenin ürettiği duygular, Duygu Kodu Tablosunun 5. sırasında yer almaktadır.

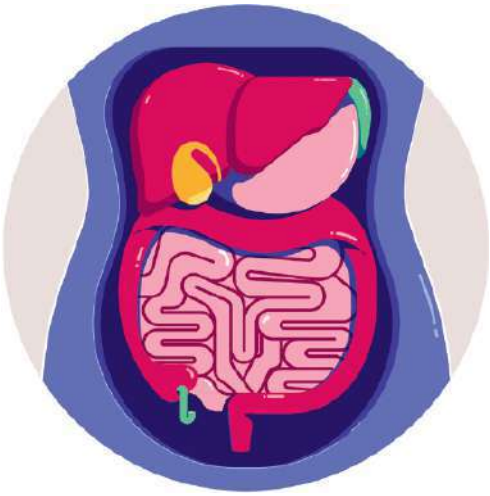
MESANE-KAS BAĞLANTILARI

- Paraspinal kaslar, kafatasının tabanından lomber omurganın en altına kadar her iki taraftaki omurganın tüm uzunluğu boyunca uzanan çeşitli kaslardır.
- Tibialis anterior kasları kaval kemiği atelleriyle ağrılı hale gelen kaslardır.
- eroneus longus ve peroneus brevis kasları da alt bacaklarda aynı bölgede olup ayak bileklerindeki dengeyi kontrol eder.

SAFRA KESESİ

AÇIKLAMA

Safra kesesi, karnın sağ tarafında, göğüs kafesinin altında, karaciğerin alt kısmında yer alır. Sindirim sisteminin bir parçasıdır.



Safra Kesesinin Amacı Yağların emilmesine

- ve sindirilmesine yardımcı olan safrayı salgılamak

Safra vücudun deterjanı olarak düşünülebilir. Yağlı ya da yağlı su dolu bir lavaboya bir damla deterjan damlattıysanız ve bunun yağı ya da yağı anında nasıl parçaladığını fark ettiyseniz bunu anlayacaksınız. Vücudumuza yağ aldığımızda safra kesesi safrayı bağırsağa enjekte eder. Orada safra, kan dolaşımına emilebilmesi için yağı parçalar.

Safra kesesi dengesizliğinin yaygın belirtileri

- Sağ dizde, sağ omuzda veya sağ göğüs kafesinin altında rahatsızlık
- Göğsün sağ tarafında ağrı
- Bulantı
- Kusma
- Gaz
- Şişkinlik

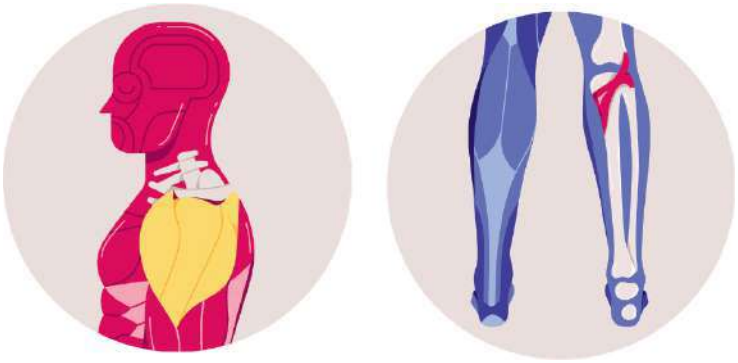
Tipik olarak, bu belirtiler yağ oranı yüksek yiyecekleri yedikten sonra daha da kötüleşecektir. Sağ göğüs kafesi altında rahatsızlık, bulantı ve kusma diğer semptomlara göre daha nadir görülür ve genellikle taşlardan kaynaklanır,

Safra kesesinde iltihaplanma veya tıkanıklık, daha şiddetli veya uzun vadeli bir dengesizliğin göstergesidir.

Safra kesesi DUYGULARI

Safra kesesi, Duygu Kodu Tablosunun 4. satırında listelenen duyguları üretir.

Safra Kesesi-Kas Bağlantıları



- Sağ omuzdaki ön deltoid kas Sağ dizin arkasında
- bulunan Popliteus kası

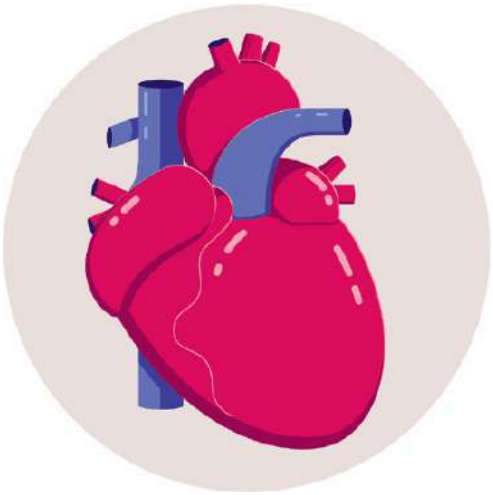
Safra kesesi dengesizleştiğinde bu kaslar da dengesiz hale gelir ve sağ diz ve sağ omuzun dengesini bozar. Safra kesesi dengesizliğinin en sık görülen semptomu sağ diz sorunudur ve bunu sağ omuzdaki rahatsızlık takip eder.

KALP

AÇIKLAMA

Kalp, göğüste bulunan ve yaklaşık olarak sıkılmış bir yumruk büyüklüğünde kaslı bir pompadır. Dolaşım sisteminin arkasındaki güç merkezidir ve vücut dokularının kan ve hayati besinlerle iyi beslenmesini sağlar. Kalp sadece kan pompalamakla kalmaz, aynı zamanda birçok kişi onun ikinci bir beyin olduğunu düşünür. Eski toplumlar kalbin ruhun ikametgahı ve romantizmin kaynağı olduğuna inanıyordu

ve yaratıcılık ve varlığımızın özü. Daha fazla bilgi için bakınız*Duygu Kodu*"Kalbimizin Etrafındaki Duvarlar" başlıklı bölüm.



KALBİN AMACI

- Kanın tüm vücuda pompalanmasını sağlamak
- Varlığınızın merkezi, gerçekte kim olduğunuzun özü olmak!

KALP DENGESİZLİĞİNİN YAYGIN BELİRTİLERİ

- Düşük enerji veya bitkinlik
- Atlanan kalp atımları, hızlanan veya çarpan kalp
- (çarpıntı) Göğüs ve omuzlarda rahatsızlık
- Sevgi verme ve almada zorluk (genellikle Kalp Duvarını gösterir)

Sadece bir kat merdiven çıkmakta zorluk çeken kişilerin kalplerinde genellikle bir dengesizlik vardır.

KALP DUYGULARI

Kalp duyguları, Duygu Kodu Tablosunun 1. satırında listelenir.

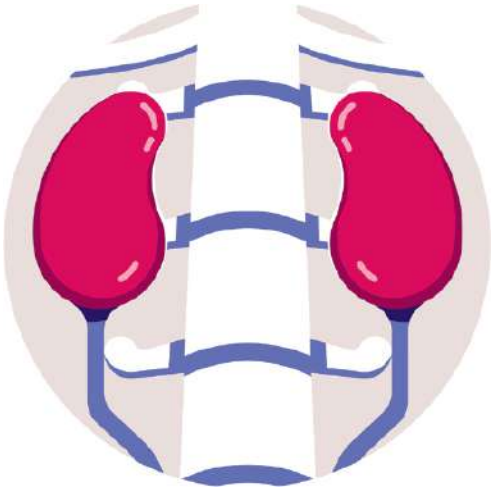
KALP-KAS BAĞLANTILARI

- Omuz bıçaklarının alt tarafında yer alan subscapularis kasları

BÖBREKLER

AÇIKLAMA

Sağda ve solda iki böbrek vardır. Böbrekler retroperitonealdir, yani peritonun ve diğer karın organlarının arkasında bulunurlar ve vücudun arka kısmına ön kısmından daha yakındırlar. Hem idrar hem de endokrin sistemlerin bir parçasıdırlar.



BÖBREKLERİN AMACI

- Kanı temizlemek ve filtrelemek (Çoğu toksin, kandan süzülürken böbreklere ulaşır.)
- İdrar oluşturmak
- Kan basıncını düzenlemek için
- Enerji depolamak için (Çin tıbbında böbrekler enerji deposu olarak bilinir.)

BÖBREK DENGESİZLİĞİNİN YAYGIN BELİRTİLERİ

- İnsanların sırt ağrısı yaşamasının en yaygın nedenlerinden biri böbrek dengesizliğidir.
- Bel (en yaygın), orta sırt, alt kaburga bölgesi, alt boyun veya kalçada rahatsızlık (genellikle o taraftaki böbrek dengesizliğiyle ilişkilidir)
- TME (temporomandibular eklem) ağrısı
- Yorgunluk

BÖBREK ARIZALARININ DAHA CİDDİ BELİRTİLERİ

- Bacak ağrısı
- Ayak bileklerinde veya yüzde
- şişme Kötü veya metalik tat
- İdrar üretiminin olmaması (Bu durumda tıbbi yardım alın.)

Böbrek dengesizliği aynı zamanda üst trapezius kasları ile olan bağlantı nedeniyle alt boyunda rahatsızlığa da neden olabilir. Ek olarak, görünüşe göre trapezius kaslarının bağlantısı ve servikal omurga ile TME'nin fonksiyonu nedeniyle TME'nin böbrek dengesizliği nedeniyle dengesizleşebileceğini ve ağırlaşabileceğini buldum.

BÖBREK DUYGULARI

Böbreklerin ürettiği duygular, Duygu Kodu Tablosunun 5. sırasında yer almaktadır.

BÖBREK-KAS BAĞLANTILARI

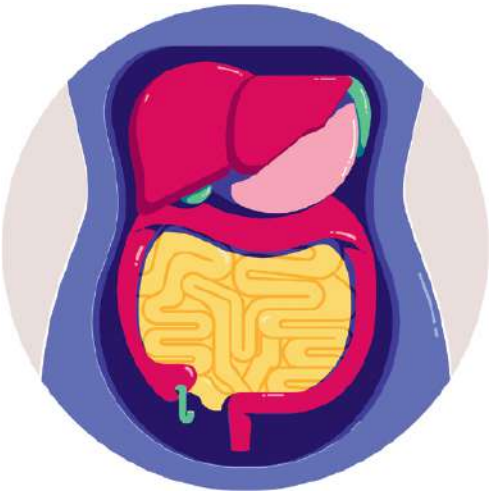
- Üst trapezius kasları (hem sağda hem de solda) kafatasının tabanına bağlanır ve daha sonra aşağı inerek her iki taraftaki kürek kemiklerine bağlanır. Bu kasların herhangi birindeki dengesizlik omuzlarda veya boyunda sorun yaratma eğiliminde olacaktır.
- soas kasları sırtın alt kısmında ve pelvisin derinliklerinde bulunur. Bel omurlarının yanından kaynaklanırlar ve daha sonra kalça ekleminin altındaki üst femur'a bağlanarak pelvise bağlanırlar.

Psoas kaslarından herhangi biri dengesiz hale geldiğinde, vücudun alt kısmının stabilitesi üzerinde ciddi bir etki yaratabilir. Böbrek-psoas dengesizliği nedeniyle disk yaralanmaları ve disk sorunlarının ortaya çıkma olasılığı çok daha yüksektir. Fiziksel kayropraktik işimde çalıştığım yıllar boyunca bel ve disk ağrısı olan yüzlerce hasta gördüm. Gördüğüm her disk hastasının böbrek dengesizliği vardı. Böbrek dengesizliklerini düzelttiğimizde, cerrahi müdahaleye göndermek zorunda kaldığımız iki vaka dışında, her hastanın iyileşmesine yardımcı olduk.

İNCE BAĞIRSAK

AÇIKLAMA

İnce bağırsak, karın bölgesinde yer alan çok uzun ve ince bir organdır. İnce bağırsağın özel yapısı nedeniyle, ince bağırsak yaklaşık olarak tenis kortu büyüklüğünde bir yüzey alanına sahiptir. Sindirim sisteminin bir parçasıdır.



İNCE BAĞIRSAKLARIN AMACI

- Besin maddelerini besinlerden absorbe etmek. Yediğiniz yiyecekler mideden ince bağırsağa geçer, burada daha fazla sindirilir ve besinler kan dolaşımına emilir.

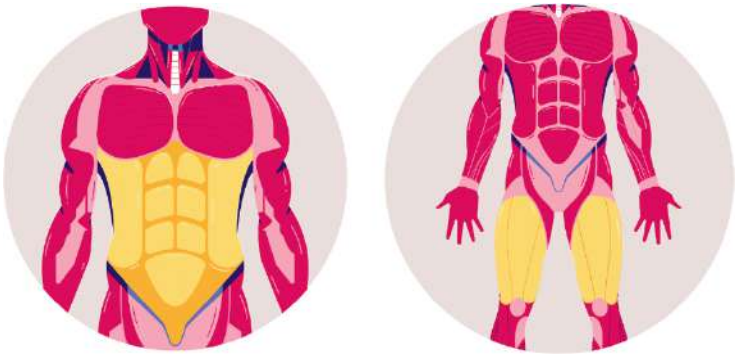
İNCE BAĞIRSAK DENGESİZLİĞİNİN ORTAK BELİRTİLERİ

- Bel veya dizlerde ağrı
- Şişkinlik
- Gaz
- İshal
- Mide bulantısı
- Besin eksikliğinden kaynaklanan cilt sorunları. İnce bağırsak dengesiz olduğunda, vücut dokularının geri kalanının en iyi şekilde çalışması için ihtiyaç duyduğu besin maddelerini genellikle daha az emebilir. Cilt, ince bağırsak tarafından emilen besin maddelerini en son alan organlardan biridir ve bu nedenle ciltte döküntü, kuruluk, pullanma ve/veya çatlama şeklinde besin eksikliği belirtileri görülebilir.

İNCE BAĞIRSAK DUYGULARI

İnce bağırsaktaki duygular Duygu Kodu Tablosunun 1. satırında listelenmiştir.

İNCE BAĞIRSAK-KAS BAĞLANTILARI



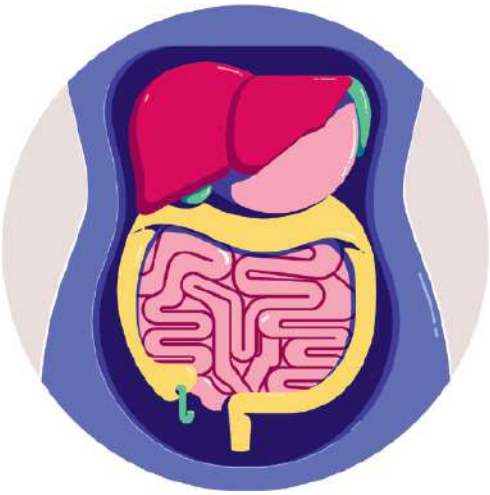
- Karın kasları
- Uadriceps femoris kasları, uylukların ön kısmındaki büyük kaslardır. Bu kasların her ikisi de dengesizse dizlerde ve belde sorunlara yol açabilir.

İnce bağırsak dengesizleştiğinde, aynı devre üzerinde oldukları için karın kaslarının tümü de dengesiz hale gelir. Herhangi bir kişisel antrenör, sabit bir merkeze sahip olmak için güçlü karın kaslarına sahip olmanız gerektiğini söyleyecektir. İnce bağırsak dengesizliğine sahip olmak, otomatik olarak karın kaslarında zayıflık yaratacak, merkezin dengesini bozacak ve bu da bel ağrısına yol açabilecektir.

KOLON

AÇIKLAMA

Kolon aynı zamanda kalın bağırsak olarak da bilinir ve karın bölgesinde yer alan büyük bir organdır. Sindirim sisteminin bir parçasıdır. Kolonun farklı bölümleri vardır: Yükselen kolon vücudun sağ tarafında, alt karın bölgesinde, apendiksin hemen üstünde başlar ve daha sonra karaciğerin hemen altına doğru ilerler. Enine kolon vücudun sağından sol tarafına doğru hızla ilerler. Daha sonra inen kolon vücudun sol tarafına doğru ilerleyerek sigmoid kolon haline gelir. Kolon veya kalın bağırsağın son bölümü rektum olarak bilinir ve dışkı maddesinin vücuttan atıldığı anüste sonlanır.



KOLONUN AMACI

- Dışkı maddesinden su ve elektrolitleri absorbe etmek, dışkı maddesini kurutmak ve dışkıyı oluşturmak
- Dışkı maddesini ortadan kaldırmak için

Bir keresinde çölde mahsur kalan bazı insanlarla ilgili bir hikaye okumuştum. Bulabildikleri tek su içemedikleri çok acı suydu. İçilmez suyu bir lavman cihazı aracılığıyla kolonlarına vererek hayatta kalmayı başardılar çünkü kolonları suyu emebiliyordu. Belki de hatırlamak iyi bir şey.

KOLON DENGESİZLİĞİNİN ORTAK BELİRTİLERİ

- Bel veya kalçada rahatsızlık
-
- Kabızlık
- Bağırsak alışkanlıklarında veya dışkı kalitesinde veya kıvamında
- değişiklik Mukuslu dışkı
- Eksik dışkılama hissi veya dışkı kalibresinde azalma

- Kanlı dışkı, siyah dışkı veya rektal kanama

Kanlı dışkı, siyah dışkı veya rektal kanama kesinlikle doktora gitme zamanının geldiğinin göstergesidir!

Uzun süreli veya şiddetli kolon dengesizliği aynı zamanda kolit, irritabl bağırsak sendromu (IBS),

divertiküloz (küçük şişkin keselerin gelişmesi) ve divertikülit (bu keselerin iltihabı ve/veya enfeksiyonu).

KOLON DUYGULARI

İki nokta üst üste tarafından üretilen duygular, Duygu Kodu Tablosunun 3. sırasında yer alır.

KOLON-KAS BAĞLANTILARI

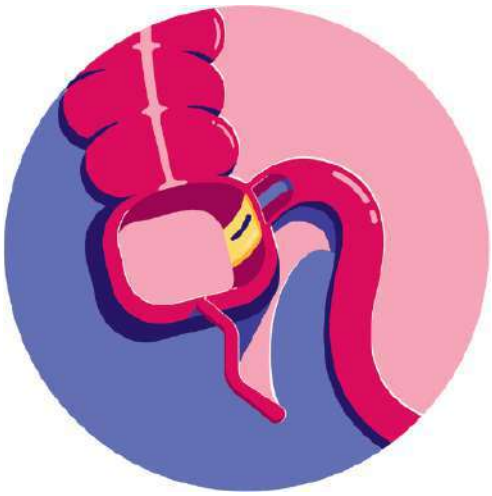
- En derin karın kası olan quadratus lumborum kası, bel omurgasının her iki yanında, belinizin alt kısmında bulunur.
- Hamstring kasları uylukların arka kısmındaki büyük kaslardır.

- Tensör fasya lata kası her bir bacağın dış tarafı boyunca uzanır, kalça bölgesinden başlayıp dizin dışına doğru ilerler.

İLEOCECAL VALF

AÇIKLAMA

İleoçekal valf, ince bağırsak ve kolonun bağlantısında bulunan bir sfinkter kasıdır. İleoçekal valf olarak adlandırılmasının nedeni, çekumu veya kolonun başlangıç kısmını ince bağırsağın son kısmı olan ileum ile birleştirmesidir. İleoçekal kapak belki de vücuttaki en kolay dengesizlik yaratan "organdır" ve çoğu zaman tutsak kalmış duyguların barındığı bir yerdir. İleoçekal kapak genellikle ayrı bir organ olarak kabul edilmez ancak önemi ve çoğu zaman problemli olması nedeniyle buraya dahil ediyorum.



İLEOCECAL VALFİN AMACI

- Dışkı maddesinin ince bağırsaktan kolona akışını kontrol etmek ve düzenlemek

İLEOCECAL VALF DENGESİZLİĞİNİN ORTAK BELİRTİLERİ

- Apendiks bölgesinde rahatsızlık, bel veya sağ kalçada
- rahatsızlık Sinüs sorunları ve drenajı
- İrritabl bağırsak sendromu
- (IBS) İshal
- Kabızlık
- Şişkinlik ve gaz

Apendiks bölgesindeki rahatsızlık çoğunlukla ileoçekal kapak dengesizliğinden kaynaklanır, ancak ne aradığınızı bilmediğiniz sürece bunu fark etmek zordur. Aslında pek çok kişi ileoçekal kapakta meydana gelen tahriş nedeniyle apandisitin alınmasına neden oluyor. Bunlar, doktorun gelip "Hiçbir şey bulamadık" dediği apandisit vakalarıdır. Apandisin iyi görünüyordu. Yine de çıkardık ama enfeksiyon kapmış gibi görünmüyordu." Buradaki suçlunun genellikle tahriş olmuş ileoçekal kapak olduğuna inanıyorum.

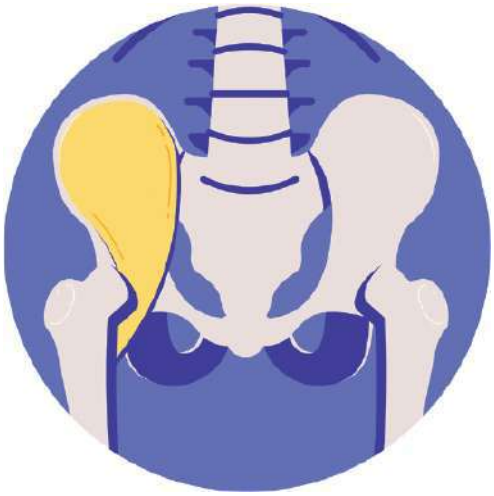
İleoçekal valf dengesiz hale geldiğinde, toksinlerin (metabolik atık) zayıf bir şekilde ortadan kaldırılması ortaya çıkar. Dışkıdan gelen toksinler kan dolaşımına yeniden emilmeye başlayacak, böylece vücut burun sinüslerinden atarak onlardan kurtulmaya çalışacaktır. Sonuç, geniz akıntısı veya sinüs sorunlarıdır (tekrarlayan sinüs enfeksiyonları dahil). nedeniyle sinüs drenajı

İleoçekal kapak dengesizliği benim "yanlış alerji" dediğim şeydir. Tipik olarak, insanlar bunun gibi sinüs problemleri yaşadıklarında doktorlarına giderler, doktor onlara alerji teşhisi koyar ve alerji ilacı reçete eder. Ancak ileoçekal kapaktaki dengesizliği düzeltirseniz, bu sinüs drenaj sorunları genellikle hemen veya birkaç saat içinde ortadan kalkacaktır. İnsanların sinüslerinin kuruduğu ve sorunların otuz saniye içinde ortadan kalktığı vakalar gördüm! Alerji ilacı alan kişilerin yaklaşık yüzde 20'sinin aslında hiç alerjisi olmaması, yalnızca ileoçekal kapakçık dengesizliği olması çok muhtemeldir.

İLEOCECAL VALF-KAS BAĞLANTILARI Sağ iliakus

- kası

İleoçekal kapak sağ taraftaki iliakus kası ile aynı devre üzerindedir. Ancak ileoçekal valf dengesiz olduğunda kolon ve/veya ince bağırsak devrelerinin de dengesiz hale gelebileceğini unutmayın. Bu, ileoçekal kapaktaki dengesizliğin potansiyel olarak birkaç farklı kasın dengesizliğine yol açabileceği anlamına gelir.



İLEOCECAL VALF DUYGULARI

İleoçekal kapakçığın ürettiği duygular, Duygu Kodu Tablosunun 1. satırında ince bağırsakla birlikte listelenir.

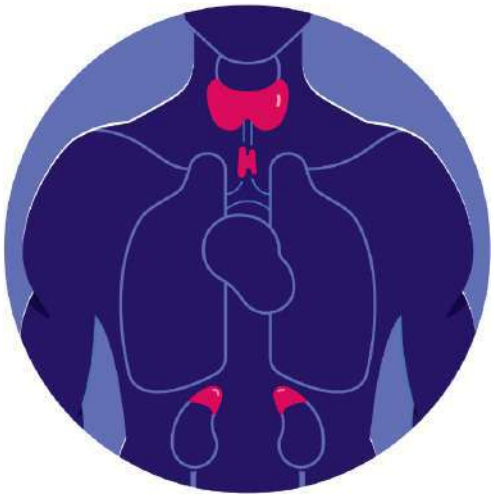
Böylece organlar bölümü tamamlanıyor. Daha sonra bezleri tartışacağız.

13

BEZLER

Tüm düşünme bezlerle yapılır. İşleri toparlamak için daha sonra mantık eklenir.

—JOHN MACDONALD



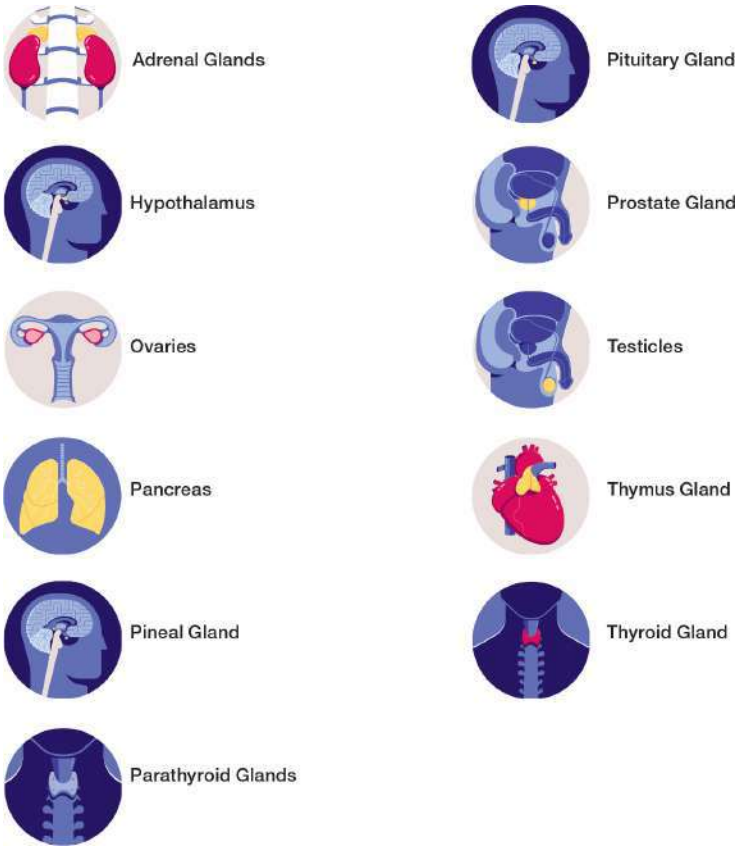
Bu bölümde her bir bezin işlevlerini, çeşitli kaslarla bağlantısını ve dengesizliğin en sık görülen belirtilerini ana hatlarıyla özetleyeceğim. Test yoluyla dengesiz bir salgı bezi keşfederseniz, bu bölümdeki salgı bezine bakabilir ve bu konuda daha fazla bilgi edinebilir ve dengesizliği düzeltmek için talimatları uygulayabilirsiniz.

Dengesiz veya mutsuz bir bez bulmanın iki yolu vardır. Bir bezin yardıma ihtiyacı olabileceğinden şüpheleniyorsanız, basitçe şu soruyu sorabilirsiniz: "[Bez adı] dengeli mi?" Örneğin, "Pankreasım mutlu mu?" veya “Tiroidim dengeli mi?”

“____ dengeli mi?” diye sorduğunuz zaman ve bir kas testi yapın, evet veya hayır cevabı alırsınız. Kas yanıtı güçlü ise bu

uyumlu veya evet cevabını gösterir, bu da bezin muhtemelen iyi durumda olduğu anlamına gelir. Kas yanıtı zayıfsa, hayır anlamına geliyorsa bu, bezin yardım istediğini gösterir. Testinizde bu noktaya ulaştıysanız ve dengesiz bir bez tespit ettiyseniz aşağıdaki süreçte Adım 3'e geçin.

BEZ GRAFİĞİ



Dengesiz bir bez bulmanın bir başka yolu da aşağıdaki adımları izleyerek Bez Tablosunu kullanmaktır.

AŞAMA 1.

Şunu sorun: "Benim (ya da sizin) dengesiz (ya da mutsuz) bir beziniz mi var?"

- **Cevabınız evet ise, "Bez bezi, bez tablosunun sağ tarafında mı?" diye sorun. Cevabınız**
- **evet ise 2. Adıma geçin.**
- **Hayır ise sol taraftadır. 2. Adıma geçin.**

ADIM 2.

Belirlenen tarafın üst kısmından başlayın ve "____ dengesiz mi?" diye sorun. Örneğin, diyelim ki 1. Adımda evet yanıtı aldınız, dolayısıyla bezin sağ tarafta olduğunu biliyorsunuz.

grafik. Hipofiz bezi haritanın en üstünde, sağ tarafta yer aldığından, o zaman şu soruyu sorarsınız: "Hipofiz bezi dengesiz mi?" Hayır cevabını alırsanız, o sütundan bir sonraki beze geçerek "Prostat bezinde dengesizlik mi var?" diye sorarsınız. vb. evet yanıtı alana kadar devam eder.

AŞAMA 3.

Dengesiz bir bez tespit ettiğinizde, bu bezi etkileyen dengesizlikleri bulmak ve düzeltmek için bu talimatları izleyin.

ADIM 4.

(İlişkilendirme) Şunu sorun: "Kodunun çözülmesi gereken ilişkili bir dengesizlik var mı?"

- **Hayırsa, bezi sıfırlama niyetini korurken, bir mıknatısla veya elinizle yönetici meridyenin herhangi bir uzunluğu üzerinde üç kez kaydırın.**
- **Cevabınız evet ise, Vücut Kodu Haritasına dönün, ardından ilgili dengesizliklerin kodunu çözün ve bunlara yanıt verin, ardından buraya geri dönün ve yukarıdaki soruyu tekrarlayın. (Çoğu zaman bezlerin tutsak kalmış duygular veya diğer enerjiler nedeniyle dengesiz hale geldiğini unutmayın.)**

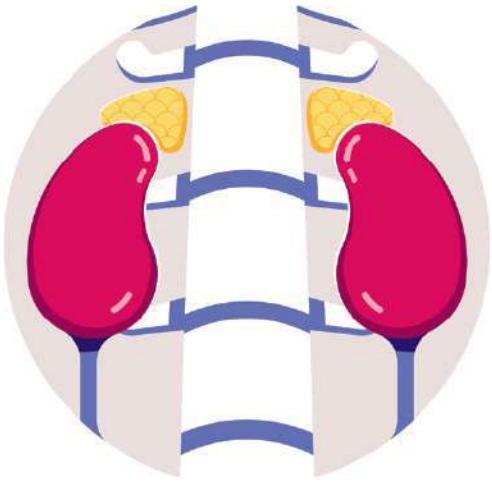
ADIM 5.

Şunu sorun: "Beziniz şimdi dengeli mi [ya da mutlu]?" Bu sorunun cevabı evet olduğunda o bezi başarılı bir şekilde yeniden dengelemişsiniz demektir.

BÖBREK BEZLERİ

AÇIKLAMA

Adrenal bezler vücudun "stres bezleridir". Her biri böbreklerden birinin üstünde yer alan iki tane vardır. Endokrin sistemin bir parçasını oluştururlar.



BÖBREK BEZLERİNİN AMACI Stres

- hormonları adrenalin ve kortizol üretmek

Stres altında olduğunuzda, vücut "savaş ya da kaç" reaksiyonuyla tepki verir ve adrenal bezler bu hormonları üreterek vitese geçer. Bu tepki kısa vadede çok uygundur, özellikle de savaşmanız veya kaçmanız gerekiyorsa. Çoğu zaman, günlük streslere karşı, bu kadar sert bir tepki gerektirmeyen bir tepkiyle karşılaşırız. Vücut çok uzun süre çok fazla stres altında kalırsa adrenaller aşırı yüklenebilir.

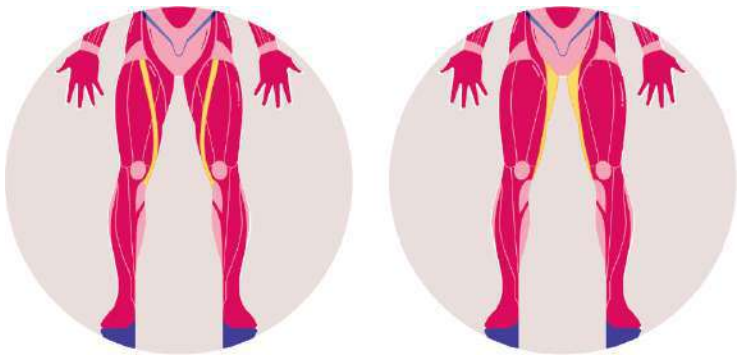
ADRENAL BEZ DENGESİZLİĞİNİN ORTAK BELİRTİLERİ

- Sol dizde ağrı Bel
- ağrısı Düşük
- bağışıklık fonksiyonu
- Tükenmişlik
- Işığa duyarlılık
- “Ortak gürültü”
- Stresle baş edememe Beyin
- bulanıklığı

ADRENAL DUYGULAR

Adrenals duyguları, Duygu Kodu Tablosunun 6. satırında listelenmiştir.

BÖBREK BEZİ-KAS BAĞLANTILARI



- Sartorius kasları, sol ve sağ
- Gracilis kasları, sol ve sağ
- Alt bacağın arka bölmesinin derinliklerinde bulunan ve fleksör rakamı longus arasında yer alan arka tibial kaslar

Translated from English to Turkish - www.onlinedoctranslator.com

ve fleksör hallucis longus. Ayağın medial kemerini destekleyen önemli bir stabilize edici kastır.

- Soleus, alt bacağın (baldır) arka kısmındaki güçlü bir kastır. Dizin hemen altından topuğa kadar uzanır ve ayakta durma ve yürümeyle ilgilidir.
- Bacak trisepsleri olarak da adlandırılan gastrocnemius, bacağın baldırının büyük arka kasıdır. Femurun (uyluk kemiği) ve patellanın (diz kapağı) arkasından kaynaklanır ve soleusa (baldırın başka bir kası) katılarak topuktaki Aşil tendonuna bağlanır.

Bütün bu kaslar bacakların sabit kalmasını sağlar. Sartorius ve gracilis kasları diz eklemini geçer; dengesiz olduklarında dizde dengesizlik yaratırlar. Pelvis de bu kaslardaki dengesizlikten etkilenebilir.

Sağ taraf etkilenmeden önce sol adrenalin dengesiz hale gelmesi muhtemeldir. Bu nedenle, sol taraftaki kaslar genellikle daha sık dengesiz hale gelir ve bu da sol diz ağrısına ve bazen de sol taraftaki pelvik dengesizlikten kaynaklanan bel ağrısına neden olur. Tabii ki, eğer stres devam ederse, sonunda sağ adrenal bez de dengesiz hale gelebilir ve çoğunlukla her iki dizde de ağrıya neden olabilir. Sağ adrenalin sol adrenalden önce dengesizleşmesi de mümkündür, özellikle de bu bölgede tutsak kalmış bir duygu ya da başka bir enerji yerleşmişse. Bu yüzden hangi tarafın dengesiz olduğunu, sol tarafın mı yoksa sağ tarafın mı dengesiz olduğunu sormanız gerekebilir.

HİPOTALAMUS

AÇIKLAMA

Hipotalamus beyinde sol ve sağ talamus arasında bulunan bir bezdir. Endokrin sistemin ve merkezi sinir sisteminin bir parçasıdır.

HİPOTALAMUSUN AMACI

Aşağıdaki hormonları salgılamak:

- Vücut ısısını düzenler Açlık
- mekanizmasını düzenler Susama
- mekanizmasını düzenler
- Sirkadiyen ritmi düzenleyin (vücudun uyku ve uyanıklık ritimleri)

HİPOTALAMUS DENGESİZLİĞİNİN ORTAK BELİRTİLERİ

- Uykusuzluk hastalığı
- Üşüme veya serin ya da sıcak kalamama Susama
- mekanizmasının bozulması (hiç susamama)

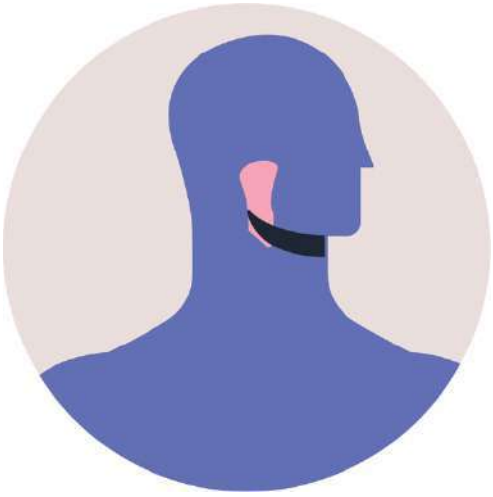
HİPOTALAMUS DUYGULARI

Hipotalamusun ürettiği bilinen hiçbir duygu yoktur.

HİPOTALAMUS-KAS BAĞLANTILARI

Hipotalamus, farenks kaslarıyla enerjik olarak bağlantılıdır. Bunlar kaslar

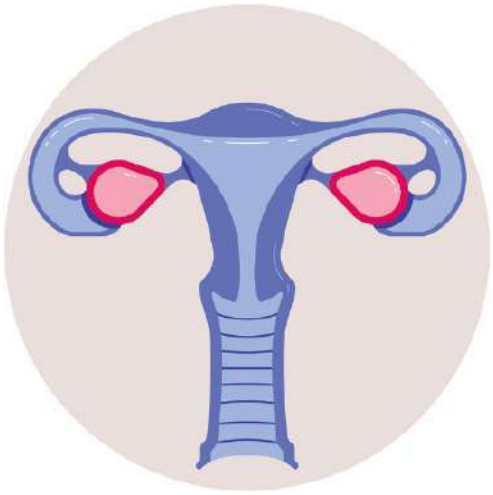
Yutmayı kontrol eden ve aynı zamanda nefes alma ve ses çıkarma üzerinde de etkisi olan.



YUMURTALIKLAR

AÇIKLAMA

Alt karın bölgesinde, rahmin her iki yanında, fallop tüplerinin üst uçlarında yer alan, sol ve sağ olmak üzere iki yumurtalık vardır. Kadın üreme sisteminin ve endokrin sisteminin bir parçasıdırlar.



YUMURTALIKLARIN AMACI

- Yumurta veya yumurta üretmek (daha sonra bir erkeğin spermiyle döllenebilir ve büyüyüp fetüse dönüşebilir)
- Östrojen ve progesteron (birincil kadın hormonları olan) salgılamak

YUMURTALIK DENGESİZLİĞİNİN ORTAK BELİRTİLERİ

- Zor veya düzensiz adet kanaması (hormon dalgalanmalarına bağlı olarak) Alt
- karın bölgesinde ağrı (her iki tarafta göbek ile kalça arasında) Yumurtalık
- kistleri
- Kısırlık
- Ektopik gebelik (tıbbi bir acil durum) Cinsel
- dürtünün azalması
- Azaltılmış girişim

YUMURTALIK-KAS BAĞLANTILARI

Yumurtalıklar ile kaslar arasında bilinen bir kas bağlantısı yoktur.

YUMURTALIK DUYGULARI

Yumurtalıkların ürettiği duygular, Duygu Kodu Tablosunun 6. satırında yer almaktadır.

Aynı anda bir yumurtalık üzerinde veya vücut izin veriyorsa her ikisinde de çalışabilirsiniz. Tutsak kalmış duygular gibi dengesizliklerin her iki yumurtalığı da etkileyecek kadar geniş bir alanı kesinlikle dengesizleştirebileceğini ve aynı durumun patojenler veya beslenme yetersizlikleri gibi diğer sorunlar için de geçerli olduğunu unutmayın.

PANKREAS

AÇIKLAMA

Pankreas karaciğerin altında bulunur ve karaciğer ile mide arasında bulunur. Sindirim sisteminin yanı sıra endokrin sistemin bir parçasıdır.

PANKRESİN AMACI

- Kan şekerini düzenleyen insülin salgılamak
- Sindirim enzimlerini salgılamak

İnsülin vücudumuz için gerekli bir hormondur çünkü şekerin hücrelerimize emilmesini sağlar. Pankreas arızalanırsa, pankreasın şekeri sindirmemize ve metabolize etmemize yardımcı olacak yeterli insülin üretememesinden kaynaklanan diyabet (tip 1) ile sonuçlanabilir. Pankreas ayrıca yiyeceklerimizi sindirmemize yardımcı olan enzimleri de salgılar.

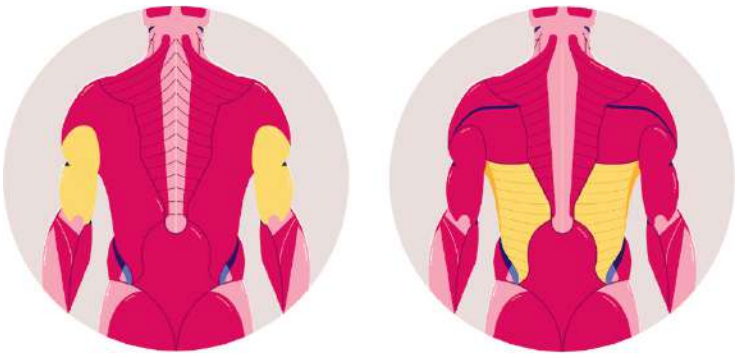
PANKREAS DENGESİZLİĞİNİN ORTAK BELİRTİLERİ

- Sırtın orta kısmında, sol omuzda, belde, boyunda, bilekte veya başparmakta rahatsızlık
- Hazımsızlık
- Şişkinlik ve gaz
- Peptik ülserler
- Diyabet (büyük arıza)

PANKREAS DUYGULARI

Pankreas tarafından üretilen duygular, Duygu Kodu Tablosunda 2. sırada yer almaktadır.

PANKREAS-KAS BAĞLANTILARI



- Triceps kasları üst kolların arkasında bulunur. atissimus
- dorsi kasları alt ve orta sırt bölgesinde bulunur.

Epifiz Bezi

AÇIKLAMA

Epifiz, beynin merkezine yakın bir yerde bulunan çok küçük bir bezdir. Endokrin sistemin ve merkezi sinir sisteminin bir parçasıdır.

Epifiz Bezinin Amacı

- Melatonin (sirkadiyen ritmi stabilize etmeye yardımcı olan ve uygun uykuyu kolaylaştıran bir hormon) üretmek
- Kaş çakrasına bağlanmak ve “üçüncü göz” olarak işlev görmek

Epifiz Bezi Dengesizliğinin Yaygın Belirtileri

- Uykusuzluk hastalığı
- İleriyi planlamada zorluk
- Göz ağrısı
- Görüş problemleri

Epifiz bezi aldığımız güneş ışığının miktarından çok etkilenir. Uzak kuzey veya güney enlemlerinde yaşayan insanlar bazen uzun karanlık kışların ve yeterli güneş ışığının olmamasının neden olduğu SAD veya mevsimsel duygusal bozukluktan muzdariptir. Elbette daha fazla güneş ışığı alarak buna yardımcı olabilirsiniz, ancak aynı dengeleyici etkiyi alnın ortasına yönlendirilen ışık terapisini kullanarak da elde edebilirsiniz.

Florür ve diğer metaller epifiz bezinin kireçlenmesine, işlevselliğinin azalmasına ve daha önce sıralanan semptomların artmasına neden olabilir.

Epifiz Bezi Duyguları

Epifiz bezinin ürettiği bilinen hiçbir duygu yoktur.

Epifiz Bezi-Kas Bağlantıları

Göz hareketini kontrol eden küçük kaslar epifiz beziyle aynı devre üzerinde bağlıdır. Epifiz bezindeki bir dengesizlik bu kasların dengesizliğine yol açacaktır.

PARATİROİD BEZLERİ

AÇIKLAMA

Paratiroid bezleri, tiroid bezinin arka tarafında yer alan dört küçük bezden oluşur.

PARATİROİD BEZLERİNİN AMACI

- Paratiroid hormonu (kandaki ve kemiklerdeki kalsiyum miktarını kontrol eden bir hormon) üretmek

PARATİROİD BEZİNİN ORTAK BELİRTİLERİ DENGESİZLİK

Paratiroid bezi dengesizliğinin belirtileri, paratiroidin paratiroid hormonunu aşırı mı yoksa az mı ürettiğine bağlı olarak değişir.

HİPOPARATİROİDİZMİN YAYGIN BELİRTİLERİ (YETERLİ ÜRETİM)

- Düşük kan kalsiyum seviyeleri
- Özellikle el ve ayaklarda kas spazmları
-
- Tükenmişlik
- Baş ağrıları
- Uykusuzluk hastalığı
- Ağız çevresinde veya ekstremitelerde karıncalanma

HİPERPARATİROİDİZMİN ORTAK BELİRTİLERİ (AŞIRI ÜRETİM)

- Böbrek taşı
- Aşırı idrara çıkma
- Safra taşları
- Tükenmişlik
- Mide bulantısı
- Kemik ağrısı
- Karın ağrısı
- Düşük enerji veya zayıflık
- Depresyon
- Kalp sorunları
- Kısa süreli hafıza kaybı
- Kusma
- Osteoporoz
- Yüksek kan kalsiyum seviyeleri

Ayrıca paratiroid bezi levator skapula kasına bağlı olduğundan paratiroiddeki herhangi bir dengesizlik boyun veya omuz rahatsızlığına neden olur.

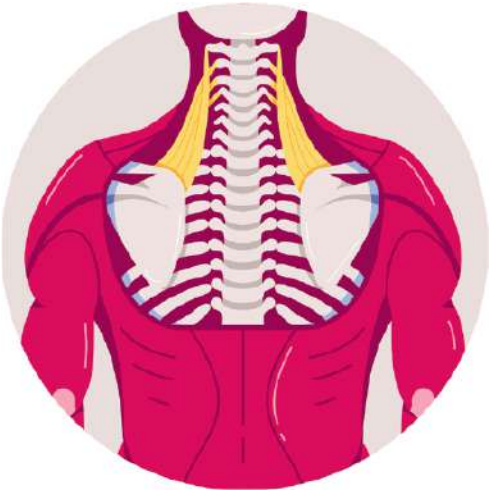
PARATİROİD BEZİ DUYGULARI

Paratiroid, Duygu Kodu Tablosunun 6. satırında listelenen duyguları üretir.

PARATİROİD BEZİ-KAS BAĞLANTILARI

Paratiroid bezi enerjisel olarak levator skapula kasına bağlıdır.

Bu kas, kişi omuz silktiğinde aktive olur.



HİPOFİZ BEZİ

AÇIKLAMA

Hipofiz, beynin ön yarısının alt kısmında yer alan bir beyin bezidir. Endokrin sistemin ve merkezi sinir sisteminin bir parçasıdır.

Hipofiz Bezinin Amacı

- Genel vücut dengesini veya homeostaziyi düzenleyen hormonları salgılamak
- Diğer bezleri etkileyen hormonları salgılamak, kontrol etmek:
  - Büyüme

• Tansiyon
• Tiroid bezi fonksiyonu
• Metabolizma
• Su ve hidrasyon düzenlemesi
• Böbrekler tarafından su emilimi
• Sıcaklık regülasyonu
• Her iki cinsiyette de cinsiyet bezi işlevi
• Doğum ve hamileliğin yönleri
• Anne sütü üretimi

Gördüğünüz gibi hipofiz bezi çok önemlidir ve vücut üzerinde büyük bir etkiye sahiptir.

Hipofiz Bezi Dengesizliğinin Yaygın Belirtileri

- Hormonal dengesizlikler
- Tiroid sorunları (“Tiroid Bezi” bölümüne bakın)
- Dehidrasyon
- Tükenmişlik
- Yüksek tansiyon
- Kilo alımı (genellikle tiroid bezi dengesizliğinden dolayı)

Hipofiz Bezi Duyguları

Hipofiz bezinin ürettiği bilinen hiçbir duygu yoktur.

Hipofiz Bezi-Kas Bağlantıları Bilinen hiçbir kas bağlantısı yoktur.

PROSTAT BEZİ

AÇIKLAMA

Prostat bezi, mesanenin hemen altında yer alan kestane büyüklüğünde küçük kaslı bir bezdir. Erkek üreme sisteminin bir parçasıdır.

PROSTAT BEZİNİN AMACI

- Prostat sıvısı (sperm hücrelerini beslemeye yardımcı olan, çinko içeren ince bir opak salgı) üretmek
- Kas kasılmaları yoluyla boşalma sıvısını itmek

PROSTAT BEZİ DENGESİZLİĞİNİN ORTAK BELİRTİLERİ

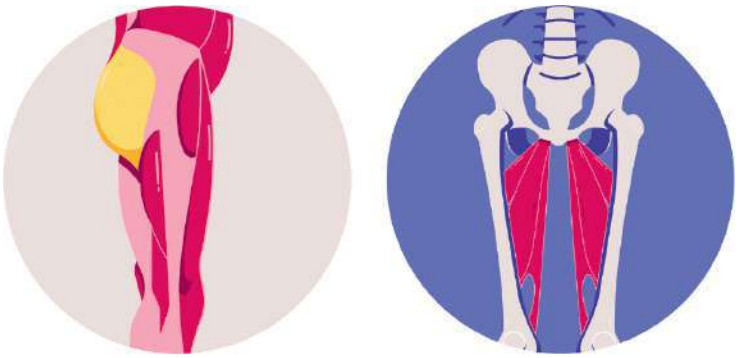
- Kısırlık
- Bel ağrısı Sol kalça
- ağrısı İdrar akışında
- azalma

Erkekler elli yaşını aştığında sıklıkla iyi huylu prostat hipertrofisi veya idrar akışını azaltma eğiliminde olan BPH'den muzdarip olmaya başlarlar. Erkeklerin yaşlandıkça her gece birkaç kez idrar yapmak için kalkmak zorunda kaldıklarını ve idrar akışlarının da azaldığını bildirmelerinin nedenlerinden biri de budur. Bunun nedenlerinden biri çinko eksikliğidir, çünkü erkek her boşaldığında prostat sıvısında bulunan çinkonun büyük bir kısmını kaybeder.

PROSTAT DUYGULARI

Prostat, Duygu Kodu Tablosunun 6. satırında listelenen duyguları üretir.

PROSTAT BEZİ-KAS BAĞLANTILARI



- Gluteal veya kalça kasları İç
- uylukların adduktör kasları

TESTİSLER

AÇIKLAMA

Testisler (diğer adıyla testisler), bacakların arasındaki skrotal kesede yer alan iki bezdir (sağ ve sol), burada biraz daha soğuktur, çünkü sperm daha düşük sıcaklıklarda daha iyi çalışır. Testisler erkek üreme sisteminin ve endokrin sistemin bir parçasıdır.

TESTİSLERİN AMACI

- Sperm üretmek
- Erkeklik hormonları (özellikle erkeklik hormonlarının en önemlisi olan testosteron) üretmek

TESTİS DENGESİZLİĞİNİN ORTAK BELİRTİLERİ

- Kısırlık
- Seks dürtüsünün azalması
- İnisiyatifin azalması (testosteronun azalması nedeniyle)

TESTİS DUYGULARI

Testisler Duygu Kodu Tablosunun 6. satırındaki duyguları üretir.

TESTİS-KAS BAĞLANTILARI

Testislerle kaslar arasında bilinen bir kas bağlantısı yoktur.

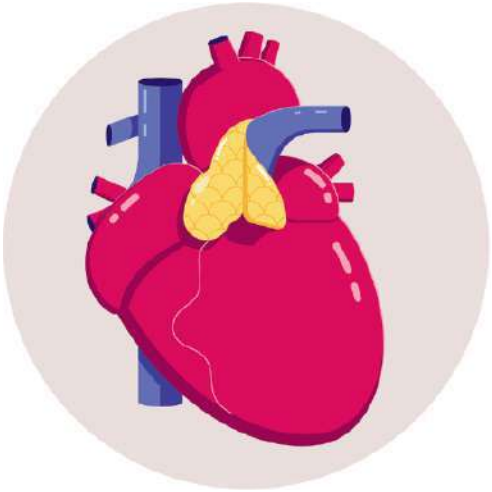
★ ★ ★

Aynı anda bir testis üzerinde veya vücut izin veriyorsa her ikisinde de çalışabilirsiniz. Tutsak kalmış duygular gibi dengesizliklerin her iki testisi de kapsayacak kadar geniş bir alanı kesinlikle etkileyebileceğini unutmayın.

TİMÜS BEZİ

AÇIKLAMA

Timus bezi göğüste bulunur ve kalbin tam üstünde bulunur. Yeni doğmuş bir bebekte timus kalbe göre oldukça büyüktür. Kalp büyüdükçe timus aynı büyüklükte kalır. Bağışıklık sisteminin önemli bir parçasıdır.



Kalp Duvarı mevcut olduğunda timus bezinin enerjik olarak zarar göreceğini ve bunun da Kalp Duvarı vakalarında bağışıklık fonksiyonunun azalmasının bir başka nedeni olduğunu unutmayın.

TİMÜS BEZİNİN AMACI

- T hücrelerinin olgunlaşmasına yardımcı olmak. (T hücresindeki T aslında timüs anlamına gelir.) T hücreleri vücudu enfeksiyondan korur. Bu hücreler aynı zamanda otoimmün hastalıklara karşı korunmaya da yardımcı olur.

TİMUS DENGESİZLİĞİNİN ORTAK BELİRTİLERİ

- Omuzda rahatsızlık
- Bağışıklığın azalması
- Otoimmün sorunlar

TİMÜS BEZİ DUYGULARI

Timus, Duygu Kodu Tablosunun 6. satırındaki duyguları üretir.

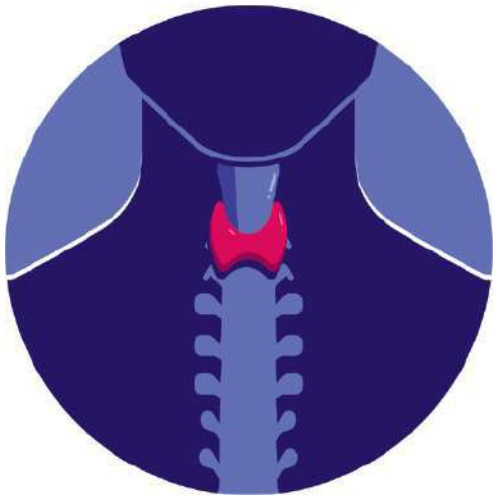
timus bezi-kas bağlantısı

- Kürek kemiklerinin alt yarısında yer alan ve kürek kemiklerini omuza bağlayan teres majör kasları, omuzun dışa doğru dönmesine yardımcı olurken aynı zamanda omuz ve kolun geriye doğru dönmesine yardımcı olur.
- Kalın üçgen bir kas olan infraspinatus kası, infraspinatus fossanın ana kısmını kaplar. Rotator manşetin dört kasından biri olan infraspinatusun ana işlevi humerusun dış rotasyonunu sağlamak ve omuz eklemini stabilize etmektir.

TİROİD BEZİ

AÇIKLAMA

Tiroid bezi boğazın ön kısmının alt kısmında bulunur. Endokrin sistemin bir parçasıdır.



TİROİD BEZİNİN AMACI

- Metabolizmayı, büyümeyi ve gelişmeyi kontrol etmek Kan
- kalsiyumunu kontrol etmek
- Sindirimi teşvik etmek
- Kardiyovasküler sağlığı korumak Diğer
- birçok vücut fonksiyonunu düzenlemek

Tiroid, tiroksin adı verilen bir hormon üretir. Tiroid dengesiz olduğunda ve yeterince tiroksin üretmediğinde, hipotiroidizm olarak bilinen bir durum olarak gruplandırılan semptomlar ortaya çıkar. Tiroksinin aşırı üretimi hipertiroidizm olarak bilinir ve en yaygın nedeni bir otoimmün durum olan Grave hastalığıdır.

TİROİD BEZİ DENGESİZLİĞİNİN ORTAK BELİRTİLERİ

HİPOTİROİDİZM (DÜŞÜK TİROİD FONKSİYONU)

- Kilo almak
- Tükenmişlik
- İnce, kırılgan tırnaklar
- Soğuk intoleransı

HİPERTİROİDİZM (YÜKSEK TİROİD FONKSİYONU)

- Tükenmişlik
- Sık bağırsak hareketleri veya ishal
- Guatr, boynunuzun şişmiş görünmesine neden olabilecek, nefes alma veya yutma sorunlarına neden olabilecek genişlemiş bir tiroiddir. Ruh
- hali
- Kas Güçsüzlüğü
- Sinirlilik veya sinirlilik Hızlı ve
- düzensiz kalp atışı Titreme
- (genellikle ellerinizde) Uyku
- sorunu
- Isıyı tolere etmede
- zorluk Kilo kaybı

TİROİD DENGESİZLİĞİN DİĞER KÜÇÜK BELİRTİLERİ

Genel tiroid dengesizliğinin diğer belirtileri (yüksek veya düşük fonksiyon) aşağıdakiler olabilir:

- Omuzda rahatsızlık veya güçsüzlük
- Bilekte rahatsızlık veya güçsüzlük
- Dirsekte rahatsızlık veya güçsüzlük
- Omuzların daha kolay çıkması

Pek çok insanda önemli semptomlar gösterecek kadar aşırı olmayan tiroid dengesizlikleri vardır; daha sıklıkla semptomlar daha küçük ölçekte olacaktır.

TİROİD BEZİ DUYGULARI

Tiroid, Duygu Kodu Tablosunun 6. satırında listelenen duyguları üretir.

TİROİD BEZİ-KAS BAĞLANTISI

- Teres minör kasları (hem sağ hem de sol omuzlarda) kürek kemiğinin alt tarafından omuz ekleminin kendisine, humerus kemiğinin başına doğru geçer.

Tiroid dengesizleştiğinde, her iki taraftaki teres minör kası da dengesiz hale gelebilir. Bu, omuzlardan birinde veya her ikisinde de zayıflık, gerginlik ve/veya ağrı yaratabilir. Eklemin stabilitesi bozulduğu için omuz yaralanmaları da yaygındır.

★ ★ ★

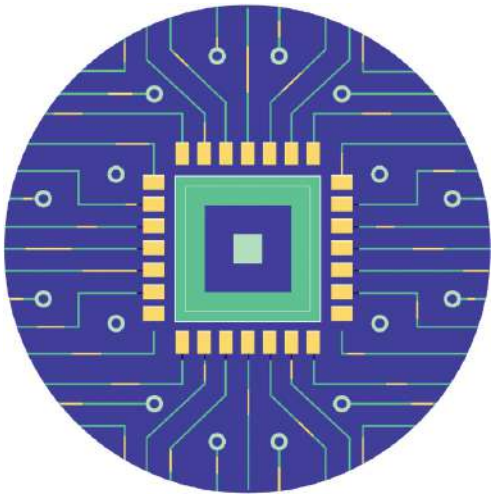
Bu, bezler bölümünü sonlandırıyor. Daha sonra sistemleri ele alacağız.

14

SİSTEMLER

Vücut dengeyi yalnızca birkaç yolla korur. Günün sonunda hastalık
Bu temel sistemler bozulduğunda ortaya çıkar.

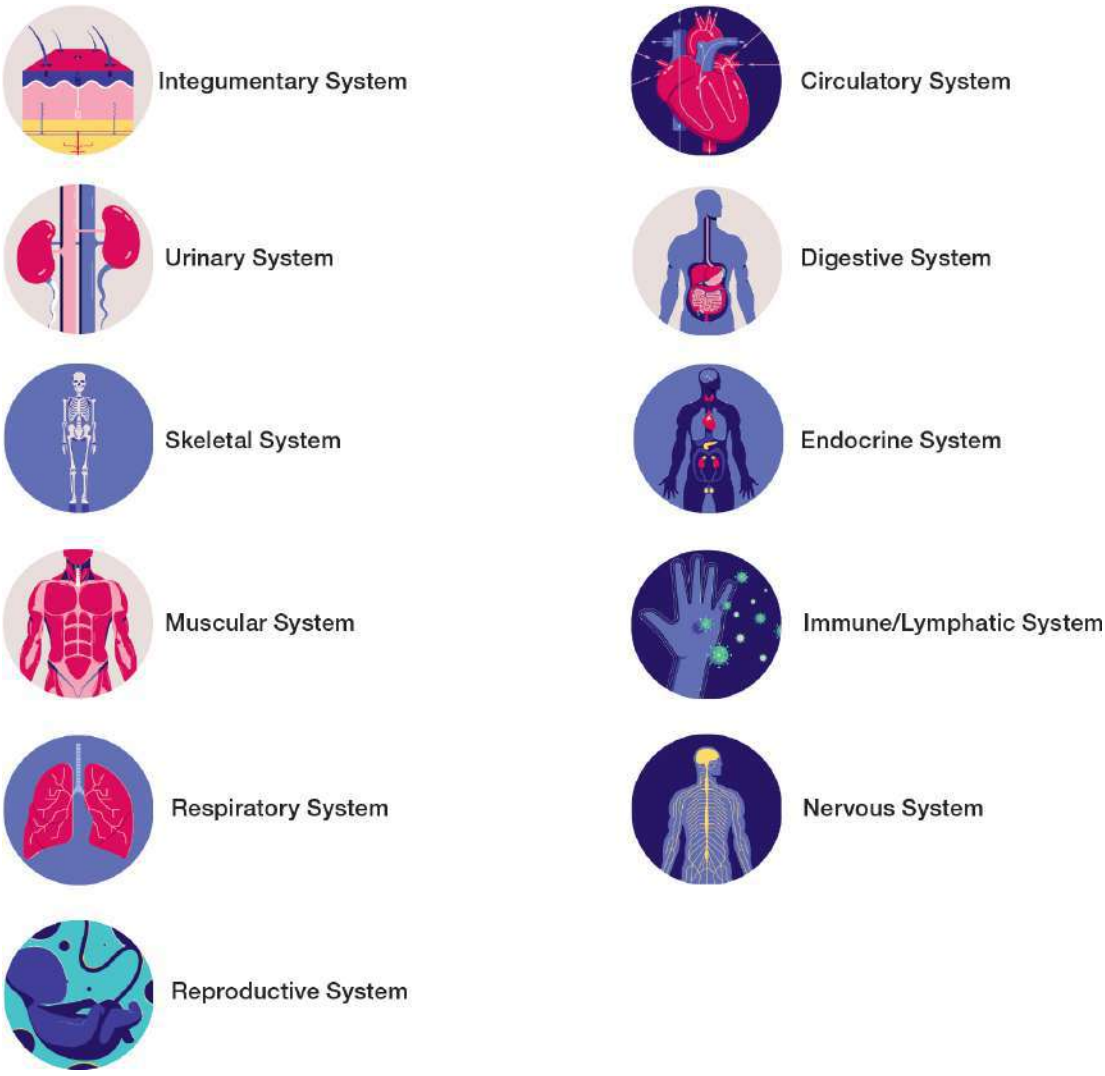
— MARK HYMAN



Vücut Kodunun bu alanında çoğu insanın en azından bir dereceye kadar aşina olduğu çeşitli vücut sistemlerini bulacaksınız. Örneğin çoğumuz dolaşım sistemi ve sindirim sistemini duymuşuzdur. Belki biraz daha az bilinenler ise dış sistem, üriner sistem ve endokrin sistemdir. Vücudun tüm kasları kas sistemini oluşturur. Beyin ve sinirler sinir sistemini oluşturur. Akciğerler ve bunlarla ilişkili bileşenler solunum sistemini oluşturur. Üreme organları üreme sistemini oluşturur vb.

Vücut birden fazla farklı sistemden oluşur ve bazı parçalar birden fazla sistemde rol oynar. Örneğin, eğer bir kişinin bir

Ciltte bir sorun varsa, kişi bilinçaltı tarafından bağışıklık sistemine, oradan da karaciğere yönlendirilebilir. Çünkü cilt, karaciğerin aşırı yüklenmesi durumunda sivilce gibi belirtiler ortaya çıkabilen bir detoksifikasyon organıdır.



Beden Kodunu kullanırken, belirli bir dengesizliğe ulaşmanın birden fazla yolu olduğunun farkına varmak önemlidir.

Örneğin kendini iyi hissetmeyen anneniz üzerinde çalıştığınızı varsayalım. Bu örnek uğruna, annenizin sorununun aslında karaciğerindeki bir dengesizlik olduğunu, bunun da zehirlenme ve tutsak kalmış bir duygudan kaynaklandığını varsayalım.

Annenizin sorununa çözüm bulmanın birkaç yolu vardır. Onun bilinçaltı zihni sizi Beden Kodunun toksisite alanına götürebilir, ya da Beden Kodunun tutsak kalmış duygular alanına götürebilir ya da sizi doğrudan karaciğere götürebilir. Bilinçaltının sizi gitmeniz gereken yere nasıl götürdüğü gerçekten önemli değil. Ancak bilinçaltının sorulara yanıt verirken daima iletişim kurmaya çalıştığının farkına varmak önemlidir.

Örneğin, bir noktada Beden Kodunda kafanızı kaşımanıza ve bilinçaltınızın size ne anlatmaya çalıştığını merak etmenize neden olabilecek bir yere götürülebilirsiniz. Herhangi bir varsayımda bulunmadan kalbinizi ve zihninizi olasılıklara açın.

Diyelim ki alerjisi olan bir arkadaşınıza yardım etmeye çalışıyorsunuz. Arkadaşınızın bilinçaltına soracağınız ilk soru şu olabilir: "Alerjinizin altında yatan bir neden var mı?"

Bu ilk soruya kas testi kullanarak evet cevabını aldıktan ve III. bölümdeki Vücut Kodu Haritasına bakarak (Burada), "Bu dengesizlik grafiğin sağ tarafında mı?" diye sorabilirsiniz. Cevabın hayır olduğunu varsayalım. Bu, aradığınız temel dengesizliğin grafiğin sol tarafında olması gerektiği anlamına gelir. Yani en baştan başlayarak şunu sorarsınız: "Enerjilerdeki bu dengesizlik mi?" Hayır. “Bu devreler ve sistemlerdeki dengesizlik mi?” Evet.

“Devreler ve Sistemler” bölümüne dönüyorsunuz (Burada) ve orada bulunan tabloyu kullanarak şu soruyu sorun: "Bu dengesizlik bu grafiğin sağ tarafında mı?" Hayır. “Bir sistemin içinde mi?” Evet.

Bu bölümün başındaki sistem şemasına dönüp bu şekilde test etmeye devam ediyorsunuz ve sonunda “sindirim sistemi” konusuna ulaşıyorsunuz. “Ama durun bir dakika... Beden Kodunun alerjiler alanına götürülmem gerekmez mi?” diye düşünüyor olabilirsiniz. Neden sindirim sistemine götürülüyorum?”

Bilinçaltınızın sizi götürmek istediği yere gitmeye karar veriyorsunuz ve kas testine devam ederek ileoçekal kapakçık grafiği ikonuna yönlendiriliyorsunuz.

Bilinçaltının ne yaptığını merak ederek yine ileoçekal kapakçık bilgisine dönüyorsunuz.

Açıklamayı okumaya başlıyorsunuz ve bu kapakçıktaki dengesizliğin sinüs sorunlarına neden olacağını okurken aniden ağzınız açık kalıyor!

İleoçekal valf, ince bağırsağın en ucunda bulunan bir valftir; dışkı maddesinin ince bağırsaktan kalın bağırsağa akışını kontrol eder. Valf dengesizleştiğinde toksik dışkı maddesi vücuttan etkili bir şekilde atılamaz. Toksinler artmaya başlar ve kan dolaşımına yeniden emilir. Bu artan kan toksisitesinin bir yan etkisi sinüs drenajıdır, çünkü bu toksinler burun mukozasından taşmaya ve dökülmeye başlar.

Egzersiz talimatlarına devam ederken, arkadaşınızın bilinçaltına şu soruyu sormanız yönlendirilir: "Kodunun çözülmesi gereken bir dengesizlik var mı?"

Diyelim ki cevap evet ve arkadaşınızın ileoçekal kapakçığının dengesini bozan birkaç tutsak duyguyu serbest bırakmaya yönlendirildiniz. Tutsak kalmış duyguları salıverdikten sonra ileoçekal valfini tekrar kontrol eder ve "İleoçekal valfınız şimdi dengeli mi?" diye sorarsınız. Cevabın evet olduğunu varsayalım. Bu noktada arkadaşınızdan burnundan derin bir nefes almasını ve sinüs drenajının eskisi kadar kötü olup olmadığını görmesini isteyebilirsiniz. Arkadaşınızın sinüsleri çok daha açık hale gelirse şaşırmayın. Arkadaşınızın semptomları alerji olmayabilir, bunun yerine vücudunun toksinleri mümkün olan her şekilde yok etmek için elinden gelenin en iyisini yapma çabasıydı.

Belirli bir soruna çözüm arıyorsanız, çözümün Beden Kurallarının herhangi bir yerinde olabileceği konusunda açık fikirli olmalısınız. Her şey her şeye neden olabilir.

Belli bir şikayetin belli bir dengesizlikten kaynaklandığını düşünme hatasına düşmeyin. Babanızın yaşadığı migren baş ağrılarının böbrek dengesizliğinden kaynaklanıyor olması, migren baş ağrısı çeken bir sonraki kişinin de aynı temel nedene veya nedenlere sahip olacağı anlamına gelmez. Her olasılığa açık olun.

Bir sonraki alıştırmada, dengesiz olan sistemi ve bileşeni belirlemek için bu bölümün başındaki sistem şemasını kullanacaksınız.

EGZERSİZ: BİR DENGESİZLİĞİ BULUN VE DÜZELTİN SİSTEM

AŞAMA 1.

Şunu sorun: "Benim (ya da sizin) dengesiz (ya da mutsuz) bir sisteminiz mi var?"

- **Cevabınız evet ise "Sistem, sistem şemasının sağ tarafında mı?" diye sorun.**
- **Cevabınız evet ise 2. Adıma geçin.**
- **Hayır ise sol taraftadır. 2. Adıma geçin.**

ADIM 2.

(Kod çözme) Belirlenen tarafın üst kısmından başlayın ve "____ sistemi dengesiz mi?" diye sorun. Örneğin, 1. Adıma evet yanıtı aldığınızı varsayalım, dolayısıyla söz konusu sistemin grafiğin sağ tarafında olduğunu biliyorsunuz. Dolaşım sistemi sağ tarafta listenin başında yer aldığından "Dolaşım sistemi dengesiz mi?" diye sorabilirsiniz. Hayır cevabını alırsanız o sütundan bir sonraki sisteme geçerek "Sindirim sistemi dengesiz mi?" diye sorarsınız. ve bu şekilde evet yanıtı alana kadar devam eder.

- **Sistem bileşenlerini görüntülemek için şemada belirtilen sayfaya dönün.**
- **Sistem bileşenini tanımlayın (gerekirse).**
  - **Şunu sorun: "Bu sistemin hangi bileşeninin dengesiz olduğunu belirlemem gerekiyor mu?"**

Hayır ise 3. Adıma (İlişkilendirme) geçin.

- **Cevabınız evet ise ilerleyen sayfalarda sistemi bulun ve o sisteme ait bileşenler tablosunu kullanarak o sistemdeki bileşenleri dengesiz olanı bulana kadar test edin ve "Dengesiz bileşen bunun solunda mı?" diye sorun. çizelge?" ve olasılıkları daraltıyoruz.**

Bileşeni tanımladıktan sonra 3. Adıma (İlişkilendirme) geçin.

AŞAMA 3.

(İlişkilendirme) Şunu sorun: "Kodunun çözülmesi gereken ilişkili bir dengesizlik var mı?"

- **Hayır ise Adım 4'e (Niyet) geçin.**
- **Cevabınız evet ise, Vücut Kodu Haritasına geri dönün ve ilgili dengesizliklerin kodunu çözün ve adresleyin, ardından buraya geri dönün ve Adım 3 (İlişkilendirme) sorusunu tekrarlayın.**

ADIM 4.

(Niyet) Sistemi veya tanımladığınız sistem bileşenini sıfırlama ve dengeleme niyetini korurken, bir mıknatısla veya elinizle yönetici meridyenin herhangi bir uzunluğu üzerinde üç kez kaydırın.

ADIM 5.

Şunu sorun: "[Sistem veya bileşen] dengeli mi?"

- **Cevabınız evet ise, 1. Adımla baştan başlayabilir ve varsa başka bir dengesiz sistem bulmak için süreci tekrarlayabilirsiniz.**
- **Hayırsa, yeniden odaklanın, yardım için dua edin, kalbinizin bunun işe yarayacağına dair sevgi ve şükran hissetmesine izin verin ve niyetle bir kez daha üç kez kaydırın.**

BİR SİSTEMİ DÜZELTMEK İÇİN YARARLI İPUÇLARI DENGESİZLİK

Bunu yapmanın başka bir yolu da, belirli bir sistemde bir şeyin pek doğru olmadığını biliyorsanız, basitçe "____ sistemi dengeli mi?" diye sorabilirsiniz. Örneğin, diyelim ki egzamanız var ve bunun altında yatan nedenleri bulmak istiyorsunuz. Doğrudan şu soruyu sorabilirsiniz: "Benim örtü sistemim dengeli mi?" veya "Cildim dengeli mi (veya mutlu)?"

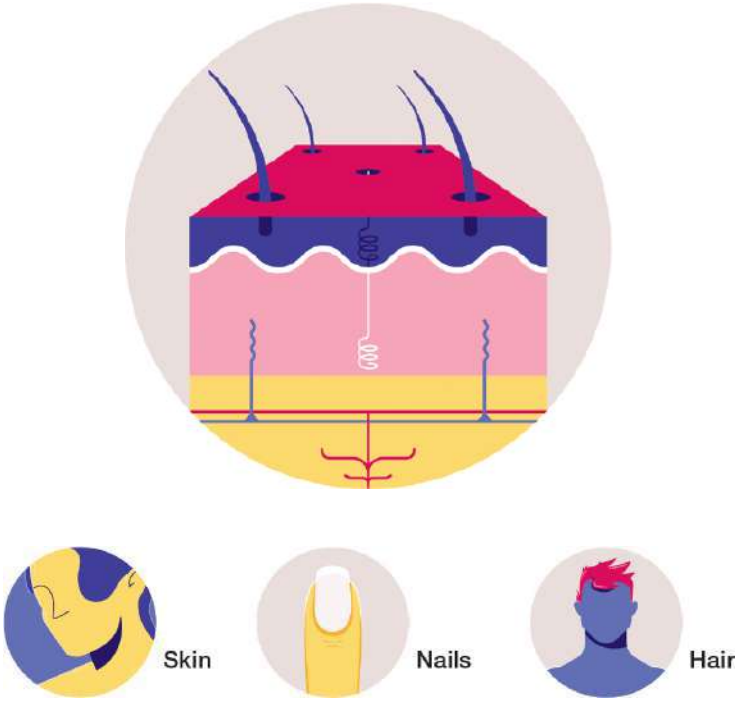
Sorun yaşadığını bildiğiniz sistem hakkında doğrudan soru sorarak tanımlama adımlarını atlayabilirsiniz.

İlerleyen sayfalarda vücudun sistemlerini, çeşitli bileşenlerinin grafik şemalarıyla birlikte listeledim.

ÖRTÜ SİSTEMİ

AÇIKLAMA

Örtü sistemi, dış çevre ile vücudun geri kalanı arasında koruyucu bir bariyer görevi görür. Deriyi, tırnakları ve saçları içerir.



DERİ

Deri; hipodermis, dermis ve epidermis olmak üzere üç farklı katmandan oluşur. Hipodermis, cildi kasları ve kemikleri çevreleyen altta yatan fasiyal dokuya bağlayan ve aynı zamanda vücuttaki yağ dokusunun veya yağın çoğunu barındıran derinin en derin tabakasıdır.

Cildin orta tabakası olan dermis, cildi besleyen ve atık ürünleri uzaklaştıran bağ dokusu ve kan damarlarını içerir.

bezler ve saç kökleri dermisten kaynaklanır.

Epidermis, derinin en dış tabakasıdır; bizimle çevremizdeki sert dünya arasında koruyucu bariyer oluşturan tabakadır. Her iki ila iki buçuk ayda bir kendilerini değiştiren çok sayıda epitel hücre katmanından oluşur.

ÇİVİLER

El ve ayak tırnakları, boynuzlarla aynı malzeme olan keratinden yapılmıştır. Bir çivinin üç ana kısmı vardır: kök, plaka ve serbest kenar boşluğu. Tırnak çevresindeki veya altındaki diğer yapılar arasında tırnak yatağı, kütikül ve tırnak kıvrımı bulunur.

SAÇ

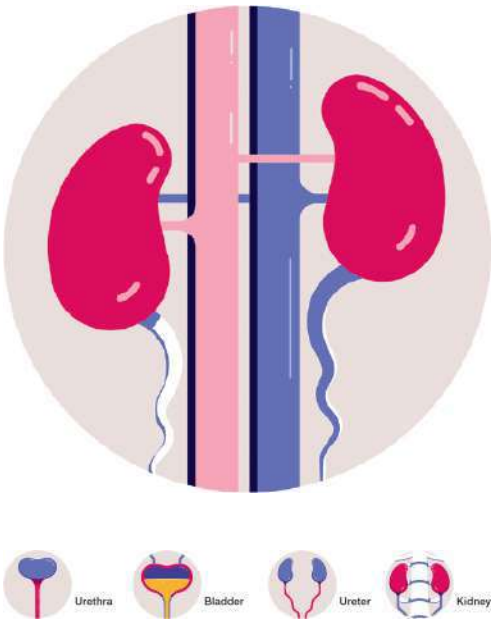
Saç, keratin adı verilen sert bir proteinden oluşur. Bir kıl folikülü her bir kılı cilde sabitler. Saç ampulü, saç folikülünün tabanını oluşturur. Saç kökünde canlı hücreler bölünerek saç gövdesini oluşturur.

Sistem bileşenini tanımladıktan sonra bu bölümün başındaki alıştırmaya dönebilir ve 3. Adıma (İlişkilendirme) geçebilirsiniz.

İDRAR SİSTEMİ

AÇIKLAMA

Üriner sistem, atık ürünlerin idrar şeklinde vücuttan atılmasından sorumludur. Vücuttaki kanın tamamı birkaç dakikada bir böbreklerden geçer. Böbrekler kanı filtreler ve idrarı oluşturur, bu idrar daha sonra üreterlerden idrar kesesine aktarılır. Mesane dolduğunda idrar üretradan geçerek dışarı atılır.

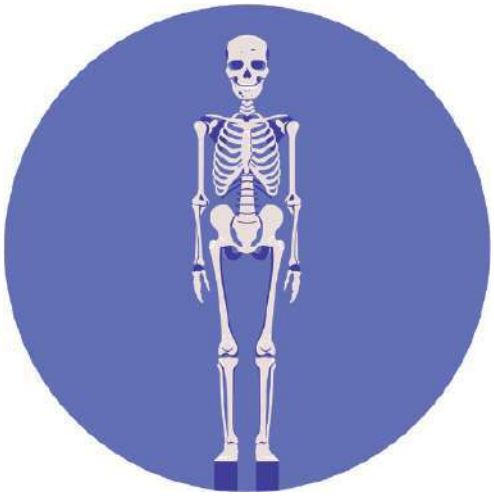


Bileşen parçasını tanımladıktan sonra bu bölümün başındaki alıştırmaya dönebilir ve 3. Adıma (İlişkilendirme) geçebilirsiniz.

İSKELET SİSTEMİ

AÇIKLAMA

İskelet sistemi, vücudu şekillendiren ve organları koruyan kemiklerden ve bağlar, tendonlar gibi bağ dokularından oluşur. İskelet sistemi, vücudun hareket etmesine yardımcı olmak için kas sistemiyle birlikte çalışır.



İsterseniz aşağıdaki bu bileşen parçalarının her biri hakkında bilgi edinerek ve her parça içindeki kategorileri test ederek daha da fazlasını test edebilirsiniz. Belirli bir kısmı tanımlamak istemiyorsanız bu bölümün başındaki alıştırmaya dönebilir ve 3. Adıma (İlişkilendirme) devam edebilirsiniz.

BAĞ DOKUSU

Bağ dokusunun dengesiz olduğunu tespit ederseniz hangi bileşen parçasının dengesiz olduğunu bilmeniz gerekip gerekmediğini sorun. Cevabınız evet ise, evet cevabını alana kadar aşağıdakileri tek tek test edin.

Tendonlar kasları kemiğe bağlar ve vücuttaki her kasın her iki ucunda bulunur. Fasya vücuttaki tüm kasları kaplar ve birbirinden ayırır. Ayrıca fasya vücuttaki her kemik, organ, arter, damar ve doku için koruyucu bir kaplama sağlar. Ligamentler kemiği kemiğe bağlar ve vücudun her yerinde, iki kemiğin birleştiği yerde bulunur.

Diskler vücudun amortisörleridir. Her bir diski, nukleus pulposus adı verilen jelatinimsi bir merkezi çevreleyen, eşmerkezli kıkırdak katmanlarından oluşan bir "jöle çörek" gibi düşünebilirsiniz. Harika bir tasarım çünkü jelatinimsi merkez, her bir omur çifti arasında bir bilye gibi hareket ederek ağırlığı omurganın altına çok verimli bir şekilde aktarıyor.

Bazen diskler şişer. Bunu yaptıklarında mutlaka yakındaki omurilik sinirine baskı yaparlar. Sinir sıkıştığında sonuç genellikle kolda veya bacakta ağrı veya bir çeşit uyuşukluk veya karıncalanma olur. Genel kural, sinir üzerinde ne kadar fazla baskı olursa uyuşma veya karıncalanmanın o kadar kötü olacağıdır. Basınç yeterince kötüleşirse, tam bir anestezi veya tamamen hissizlik meydana gelecektir. Bu

asla oynanacak bir şey değil elbette. Siz veya üzerinde çalıştığınız biri bu sorunla uğraşıyorsa veya bu semptomları yaşıyorsanız, yaptığınız şeyden hemen sonra düzelmiyorsa, onları bir kayropraktik uzmanına veya başka bir sağlık uzmanına yönlendirmelisiniz.

Diskin şişmesine neden olabilecek her türlü şey vardır. Deneyimlerime göre en sık görülen şey aslında bir tür organ dengesizliğidir. Bunun nedeni organ dengesizliğinin her zaman kas dengesizliğine neden olmasıdır. Buradaki en büyük suçlu, bel omurgasını destekleyen psoas kaslarıyla olan bağlantıları nedeniyle böbreklerdir. Her şeyin her şeye sebep olabileceğini unutmayın. Daha önce disklerde enfeksiyon ve travma enerjilerinin yanı sıra, omurganın dengesini bozan, omurga disklerinin şişmesine ve ağrıya, karıncalanma ve uyuşukluğa neden olan tutsak kalmış duygular ve diğer enerjileri de görmüştüm.

İSKELET

İskelete yönlendirildiyseniz hangi parçanın dengesiz olduğunu bilmeniz gerekip gerekmediğini sorun. Cevabınız evet ise, iskelet, ek iskelet ve eksenel iskelet olarak adlandırılan iki ana bölüme ayrılabilir. Dengesizliğin bu ikisinden hangisinde bulunabileceğini sorun.

APENDİKÜLER İSKELET

Vücutta çok fazla kemik bulunduğundan bazı alanlar sadece bölge adı ile anılır.

Ek iskeletin dengesiz olduğunu tespit ederseniz hangi bölgenin dengesiz olduğunu bilmeniz gerekip gerekmediğini sorun. Cevabınız evet ise evet cevabını alana kadar aşağıdaki bölgeleri tek tek test edin.

Apendiküler iskelet, kürek kemikleri veya kürek kemikleri dahil olmak üzere üst ekstremite kemiklerini ve köprücük kemiklerini veya köprücük kemiklerini, ayrıca üst ve alt kolların, bileklerin ve ellerin kemiklerini içerir. Ek olarak, femur kemikleri, tibia, fibula ve ayak bileği ve ayak kemikleri de dahil olmak üzere pelvis kemiklerini ve alt ekstremite kemiklerini içerir. Dengesiz olan kemiği tam olarak belirlemek istiyorsanız bu kemiklerin veya alanların her birini test edebilirsiniz.

EKSENEL İSKELET

Bağ dokusunun dengesiz olduğunu tespit ederseniz hangi bileşen parçasının dengesiz olduğunu bilmeniz gerekip gerekmediğini sorun. Cevabınız evet ise, evet cevabını alana kadar bunları tek tek test edin.

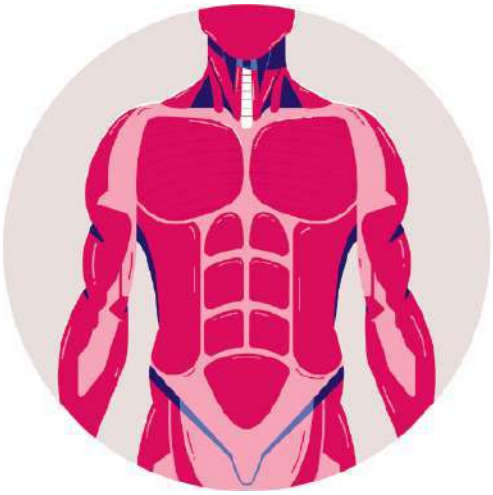
Eksenel iskelette kafatası, tıp veya dişçilik mesleğinin inandığından çok daha fazla hareket kabiliyetine sahip, dinamik ve şaşırtıcı bir yapıdır. Kafatası dakikada altı ila on dört kez genişleyip büzülürken, her bir kafatası kemiği çok hafif hareket eder. Bazen kraniyal kemikler çok hafif şekilde yanlış hizalanır. Bazen bir kafatası kemiği ile diğeri arasındaki hareket engellenir. Bu tür sorunların altında yatan en büyük neden tutsak kalmış duygulardır. Kranyosakral solunum mekanizmasını ele alan şifa dalı ve merkezi sinir sistemini kontrol etmedeki önemi olan kranyopatinin yaşam boyu öğrencisi olarak, kafatasındaki tüm kemiklerin normal şekilde çalışmasının yaratabileceği dramatik farkı anlıyorum.

Omurga omurlarının hizalanması özellikle önemlidir çünkü omurga, beyni vücudun geri kalanına bağlayan otoyol gibi omuriliği barındırır. Bir omurun hizası bozuksa, beyin ile vücut arasındaki iletişimi engelleyebilir.

KAS SİSTEMİ

AÇIKLAMA

Kas sistemi düz kas, kalp kası dokusu ve iskelet kasını içerir. Düz kasın istemsiz bir kas türü olduğu düşünülür, çünkü bilinçli olarak onun bir iskelet kası gibi kasılmasını sağlayamazsınız. Kan damarlarının, lenfatik damarların, mesanenin, rahimin, erkek ve dişi üreme yollarının, sindirim sisteminin, solunum sisteminin ve cilt duvarlarında bulunur (derideki küçük kaslar tüylerinizi diken diken eder) ve gözün irisi.



Kalp kası dokusu, yalnızca kalpte bulunan son derece uzmanlaşmış bir kas türüdür. Tüm hayatınız boyunca devam eden sürekli bir döngü içinde otomatik olarak kasılıp gevşeyecek şekilde tasarlanmıştır.

İskelet kası, ilk iki türden farklı olarak bilinçli kontrol altındadır ve iskeleti hareket ettiren, koşmamızı, zıplamamızı, yürümemizi, saçlarımızı taramamızı ve yaptığımız diğer her şeyi yapmamızı sağlayan şeydir.

Lower Limb

Abdominal

Upper Limb

Neck

Back

Head

Thoracic

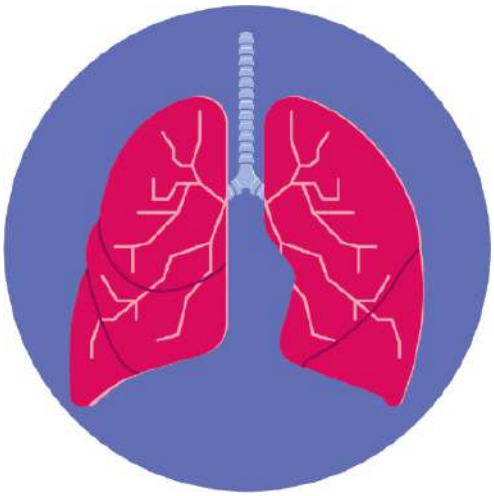
Bu bölümün başındaki alıştırmaya dönebilir ve 3. Adıma (İlişkilendirme) devam edebilirsiniz.

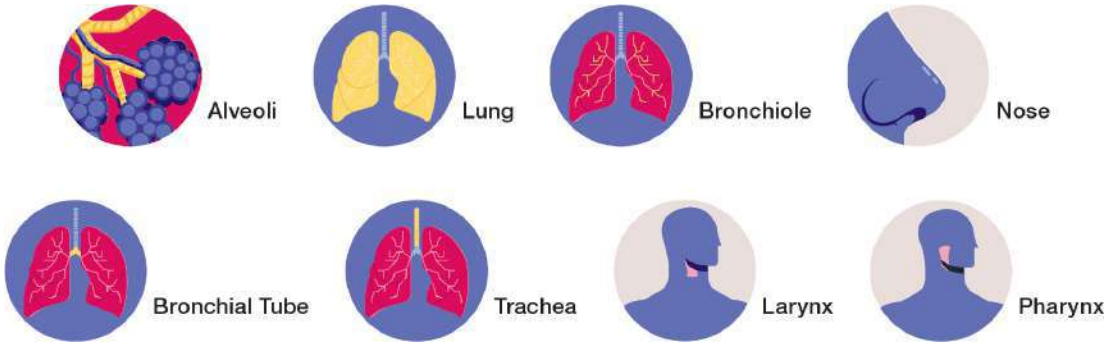
Çoğu kas dengesizliğinin aslında bir organ veya bezdeki dengesizliğin sonucu olduğunu unutmayın. Başka bir deyişle, bir organ veya bez aşırı yüklenip dengesiz hale gelir ve o organ veya bezle enerjisel olarak bağlantılı olan kas da dengesiz hale gelir.

SOLUNUM SİSTEMİ

AÇIKLAMA

Solunum sistemi vücuda oksijen getirir ve nefes alma eylemiyle karbondioksiti uzaklaştırır. Hava vücuda burun ve ağızdan girer, trakeadan veya soluk borusundan geçer, sol veya sağ bronş tüpüne yönlendirilir ve giderek daha küçük olan ve bronşiyoller olarak adlandırılan tüplere geçer. Sonunda alveollerde sona erer, burada oksijen aktif olarak alveol zarından kana emilir ve karbondioksit kandan geçerek dışarı verilir.





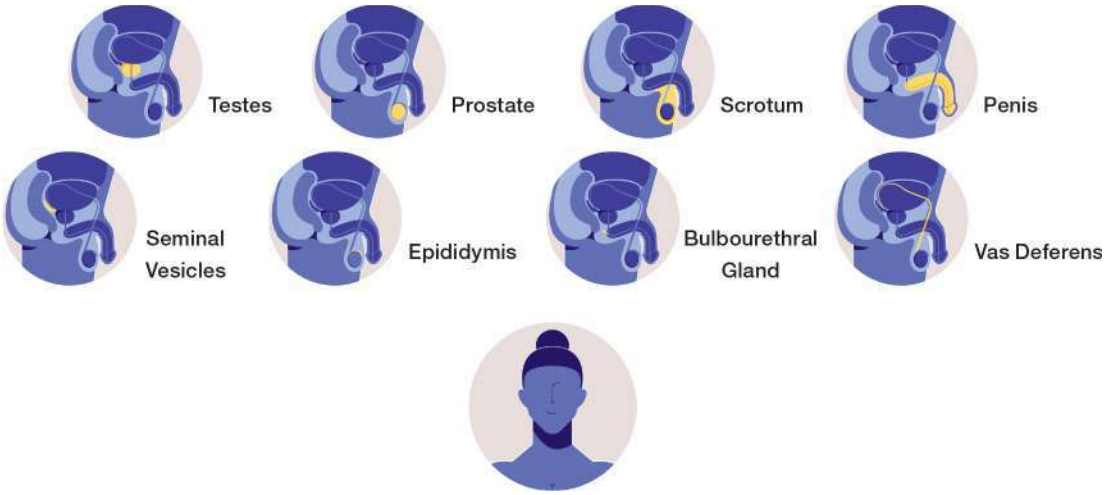
ÜREME SİSTEMİ

AÇIKLAMA

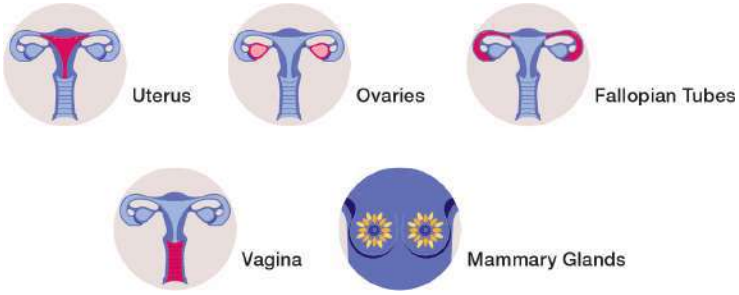
Üreme sistemi tür olarak hayatta kalmamızı sağlayan şeydir. Erkeğin spermi, kadının yumurtasını veya yumurtasını fallop tüpünde dölleyebilir. Döllenmiş yumurta daha sonra fallop tüpünden uterusa doğru hareket eder ve burada kendisini uterus duvarına implante edebilir. Fetüs daha sonra dokuz aylık bir süre içinde gelişecektir.

Üreme sistemi aynı zamanda diğer organ ve organ sistemleriyle de yakın çalışır. Örneğin hipotalamus ve hipofiz bezi östrojen ve testosteron gibi hormonların üretimini ve salınmasını düzenlemeye yardımcı olur.

ERKEK ÜREME SİSTEMİ



KADIN ÜREME SİSTEMİ

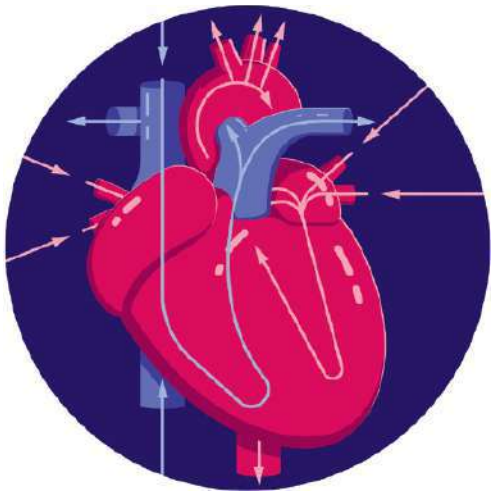


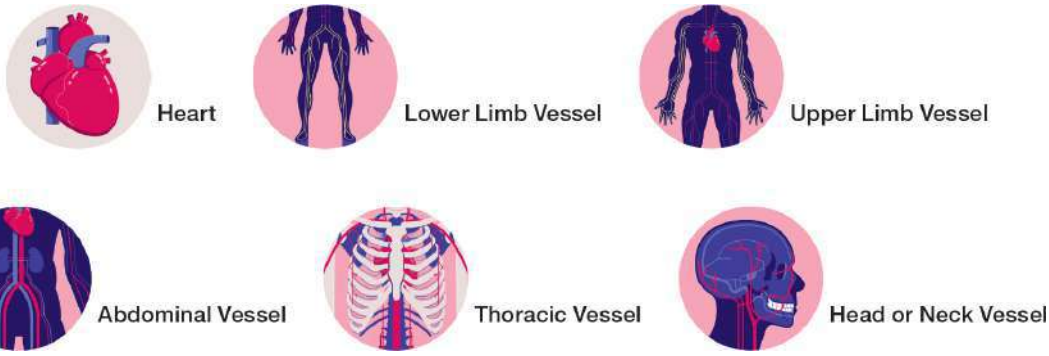
Bileşen parçasını tanımladıktan sonra bu bölümün başındaki alıştırmaya dönebilir ve 3. Adıma (İlişkilendirme) geçebilirsiniz.

KAN DOLAŞIM SİSTEMİ

AÇIKLAMA

Dolaşım sistemi kanın, lenflerin ve besinlerin vücutta hareketini kolaylaştırır. Bu, vücut dokularının beslenmesine, enfeksiyonla mücadeleye, vücut sıcaklığının düzenlenmesine ve homeostazinin korunmasına yardımcı olur. Dolaşım sistemi yalnızca kalbi değil, aynı zamanda vücudun her yerine kan taşıyan atardamarlar, toplardamarlar ve kılcal damarlar da dahil olmak üzere kilometrelerce uzunluktaki damarları da içerir.



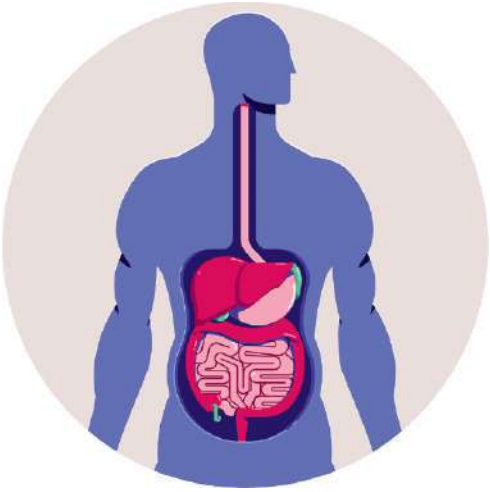


Bileşen parçasını tanımladıktan sonra bu bölümün başındaki alıştırmaya dönebilir ve 3. Adıma (İlişkilendirme) geçebilirsiniz.

SİNDİRİM SİSTEMİ

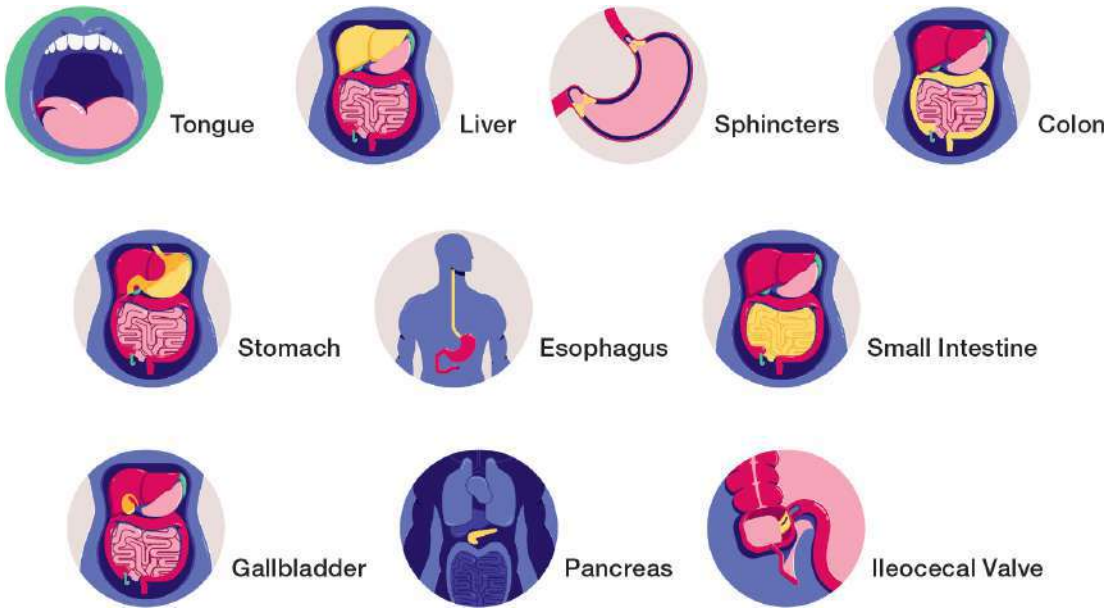
AÇIKLAMA

Sindirim sistemi, tükettiğimiz yiyecek ve içeceklerdeki besin maddelerinin parçalanması ve çıkarılmasından sorumludur. Sindirim, dişlerin yiyeceği öğüttüğü ve yediğimiz nişastayı parçalayıp sindirmeye başlayan tükürük amilazı içeren tükürük ile karıştırdığı ağızda başlar.



Yutkunmanın neden olduğu kas hareketi, yiyeceği yemek borusundan aşağıya, yiyeceğin geçmesine izin vermek için gevşeyen kalp sfinkteri yoluyla mideye doğru iter. Midenin çalkalanması ve hidroklorik asit ile proteini sindiren bir enzim olan pepsin salgılanması sindirim sürecini devam ettirir.

Özellikle hidroklorik asit midenin duvarlarına çok zarar verebilir, bu nedenle mide, içeriğine bariyer görevi görecek bir mukus tabakası salgılar. Bir veya iki saat sonra, mide içeriği (artık kimus olarak adlandırılmaktadır) pilorik sfinkterden geçer ve pankreastan gelen sindirim enzimlerinin karışıma salgılandığı ince bağırsağa girer. Besin emiliminin yaklaşık yüzde 95'i ince bağırsakta meydana gelirken, su ve mineraller kolondan kana geri emilir. Bir sonraki adım, dışkı maddesinin rektum ve anüs yoluyla kolondan uzaklaştırılmasıdır.

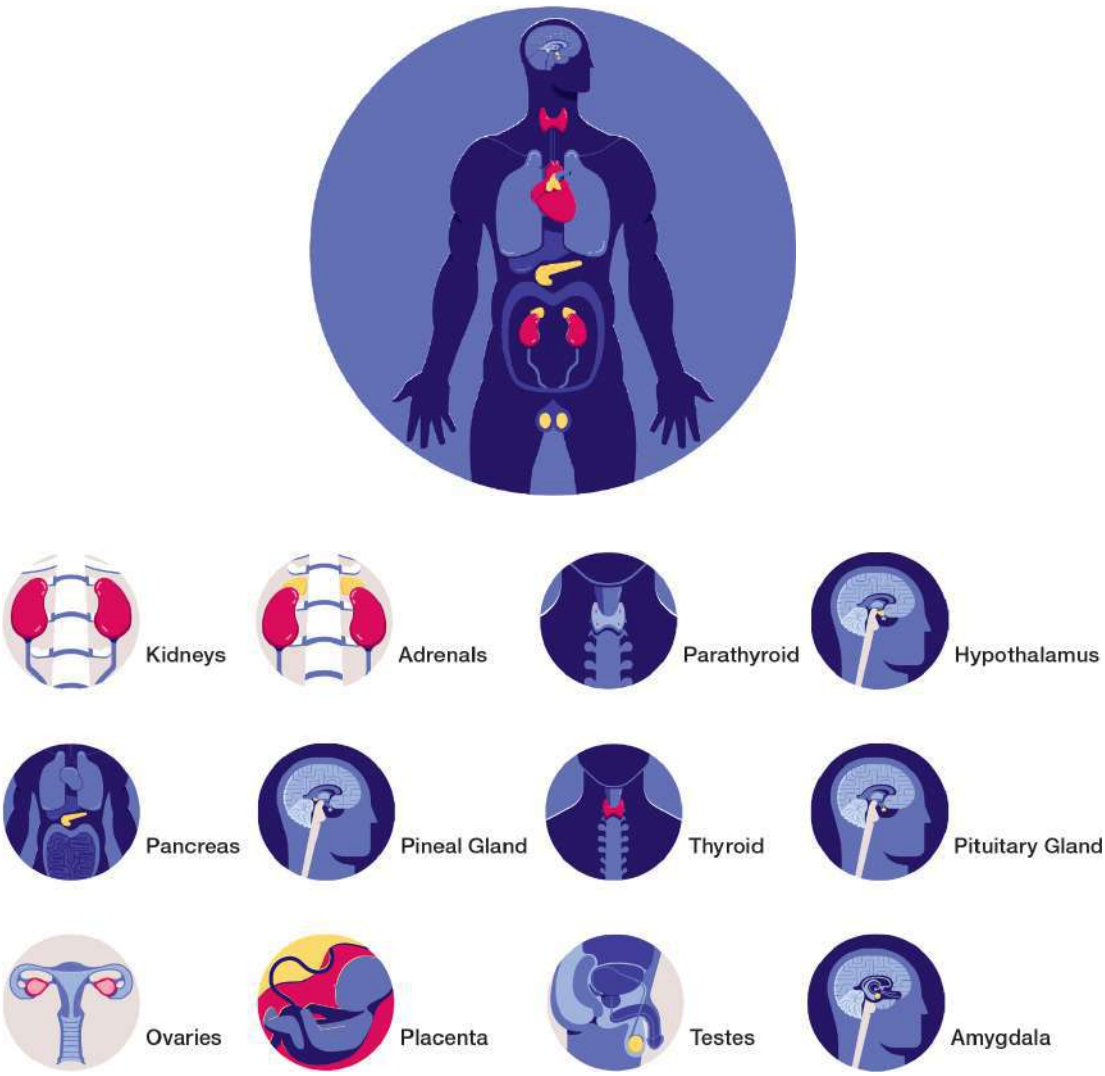


Bunların çoğu hakkında daha fazla bilgiyi 12. Bölüm olan “Organlar”da okuyabilirsiniz. Bileşen parçasını tanımladıktan sonra bu bölümün başındaki alıştırmaya dönebilir ve 3. Adıma (İlişkilendirme) geçebilirsiniz.

ENDOKRİN SİSTEM

AÇIKLAMA

Endokrin sistemi, hormonları doğrudan kan dolaşımına salgılayan bir dizi bezdir. Hormonlar, metabolizma, büyüme ve gelişme, doku fonksiyonu, uyku ve ruh hali dahil olmak üzere vücuttaki her türlü fonksiyonun düzenlenmesinden sorumludur.



Bu bezlerin tümü hakkında ayrı ayrı daha fazla bilgiyi 13. Bölüm olan “Bezler”de okuyabilirsiniz. Bileşen parçasını tanımladıktan sonra bu bölümün başındaki alıştırmaya dönebilir ve 3. Adıma (İlişkilendirme) geçebilirsiniz.

BAĞIŞIKLIK/LENFATİK SİSTEM

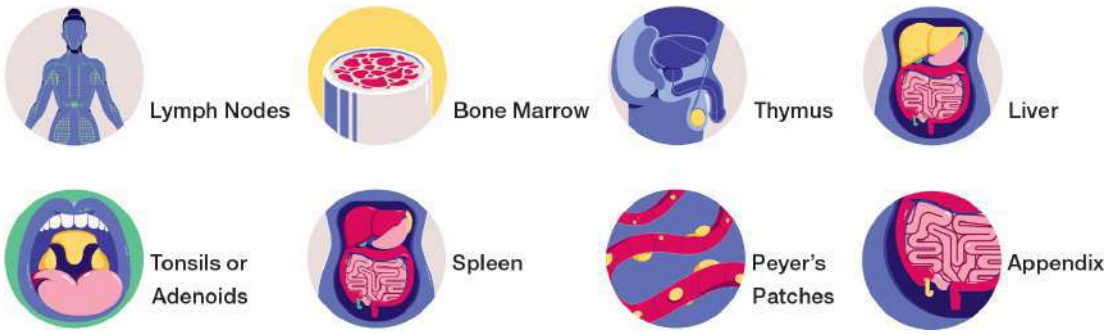
AÇIKLAMA

Bağışıklık sisteminin işlevi, vücudu hastalıklara karşı, özellikle de bakteri, virüs, küf, mantar ve parazit gibi dış istilacıların neden olduğu hastalıklara karşı korumaktır.

Bağışıklık sisteminin gerçekte ne kadar iyi çalıştığını belirlemenin, bir kişinin gerçekte ne kadar sağlıklı olduğunun harika bir göstergesi olduğuna her zaman inandım. Meslekte çalıştığım yıllar boyunca, fibromiyalji, kronik yorgunluk, lupus, kanser vb. gibi önemli bir sorunla teşhis edilen kişilerin bağışıklık sisteminin genellikle yüzde 10'un altında çalıştığını keşfettim. .

Bunu kas testiyle belirlemek kolaydır ve aynı zamanda Vücut Kodunu kullanarak düzeltmeler yaparken bağışıklık sisteminin gelişmesini izlemek de büyüleyicidir. Tek bir tutsak duygunun serbest bırakılmasının, kişinin bağışıklık fonksiyonunu yüzde 20'ye kadar iyileştirdiğini gördüm. Vücut Kodunda listelenen herhangi bir dengesizliğin, bağışıklık fonksiyonunu azaltma etkisine sahip olacağını ve bunun tersine, herhangi bir dengesizliğin düzeltilmesinin, bağışıklık fonksiyonunun iyileştirilmesine hizmet edeceğini unutmamak önemlidir.

Lenfatik sistem hastalığa neden olan organizmaları filtreler, beyaz kan hücreleri üretir ve hastalıklarla mücadele eden antikorlar üretir. Lenf olarak bilinen berrak bir sıvıyı taşıyan kanallar ve bezlerden oluşan bir ağdan oluşur. Lenf sıvısı aslında dolaşım sisteminden lenf sistemine filtrelenen kan plazmasından oluşur. Lenfatik sistem, farklı türde beyaz kan hücreleri veya lenfositler ürettiği için bağışıklık fonksiyonunda önemli bir rol oynar ve toksik atık ürünlerin hücrelerden uzaklaştırılmasında önemlidir.



Bileşen parçasını tanımladıktan sonra bu bölümün başındaki alıştırmaya dönebilir ve 3. Adıma (İlişkilendirme) geçebilirsiniz. Peyer Yamalarına aşina değilseniz, bunlar ince bağırsağın dış tarafında uzanan, bağışıklık sisteminin bağırsaktaki patojenik organizmalara tepki vermesine yardımcı olan yumurta şeklindeki küçük lenf düğümleridir.

GERGİN SİSTEM

AÇIKLAMA

Sinir sistemi vücudun iletişim sistemidir. Vücudun istemli ya da istemsiz tüm faaliyetlerini koordine eder ve vücudun farklı bölgeleri arasında iletişim ve bilgi aktarımını sağlar. Merkezi sinir sistemi (beyin ve omurilik) ve periferik sinir sisteminden (merkezi sinir sistemini vücudun geri kalanına bağlayan sinirler) oluşur.

MERKEZİ SİNİR SİSTEMİ

Merkezi sinir sistemi beyin ve omuriliğe bölünmüştür.

BEYİN

Bedeni bir makineye benzetecek olursak beyin o makinenin içindeki bilgisayardır. Yetişkin bir beyin yaklaşık üç kilo ağırlığındadır ve sinaps adı verilen trilyonlarca bağlantı noktasından birbirleriyle iletişim kuran 100 milyardan fazla sinirden oluşur. Beyin, fiziksel beden ve ruhun donanım arayüzüdür. Beyin sayesinde yaşayabilir ve hareket edebilirsiniz. Açlık, sıcaklık kontrolü, kalp atışı, sindirim, nefes alma, görme, motor beceriler ve daha fazlası dahil olmak üzere fiziksel bedeninizin tüm işlevlerini düzenler ve hafızayı, düşünceyi, dokunma hissini ve vücudunuzu ayakta tutmak için gereken diğer tüm süreçleri kontrol eder. hayatta ve çalışıyor.

OMURİLİK

Omurilik, beynin vücuttaki tüm organlar, bezler, kaslar ve dokularla iletişim kurmasını sağlayan bilgi otoyoludur. İletişim, omurilik yoluyla beyne ve vücudun her yerine sürekli olarak gidip gelir. Kafatasının tabanından sırtın alt kısmına kadar uzanan omurilik, omurga omurları tarafından korunur. Otuz bir çift omurilik siniri omurilikten çıkarak beyni vücudun tüm dokularına bağlar.

ÇEVRESEL SİNİR SİSTEMİ

Periferik sinir sistemi somatik sinir sistemi ve otonom sinir sistemi olarak ikiye ayrılır.

SOMATİK SİNİR SİSTEMİ

Somatic Nervous System

Autonomic Nervous System

Somatik sinir sistemi, merkezi sinir sisteminden vücudun tüm kaslarına ve diğer dokularına uyarı ve bilgilerin taşınmasından sorumludur.

OTONOM SİNİR SİSTEMİ

Otonom sinir sistemi sempatik, enterik ve parasempatik sinir sistemleri olmak üzere üç kısma ayrılır.

Sympathetic

Enteric

Parasympathetic

Sempatik sinir sistemi

Sempatik sinir sistemi “savaş ya da kaç” tepkisinden en fazla sorumlu olan sistemdir, ancak aynı zamanda homeostazı korumamıza yardım etmekten de sorumludur ve bu nedenle her zaman bir dereceye kadar aktiftir.

Enterik sinir sistemi

Enterik sinir sistemi hem salgıdan hem de hareketlilikten sorumludur ve temel olarak yalnızca sindirim sistemine ait olan ayrı, bağımsız bir sinir sistemi olarak kabul edilir. Tek başına çalışmasına rağmen sempatik veya parasempatik sinir sistemleri tarafından değişikliğe uğratılabilir.

Parasempatik sinir sistemi

Parasempatik sinir sistemi, sindirim, cinsel aktiviteler, idrara çıkma, tükürük salgılama, dışkılama, gözyaşı (ağlama) dahil olmak üzere rahatladığımızda, dinlenirken veya yemek yerken vücutta meydana gelen faaliyetlerden sorumlu olan otonom sinir sisteminin bölümüdür. ve benzeri.

★ ★ ★

Bu bölümün başındaki alıştırmaya dönebilir ve 3. Adıma (İlişkilendirme) devam edebilirsiniz.

★ ★ ★

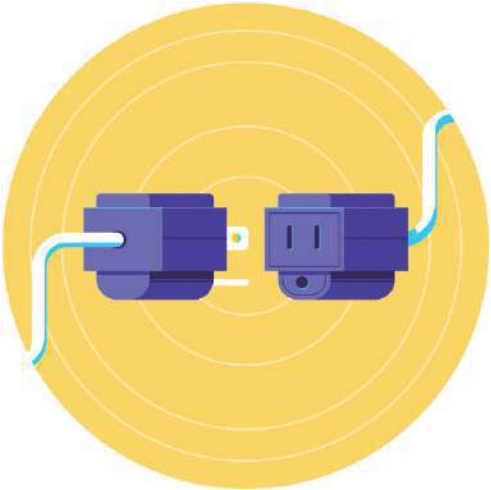
Bu, sistemler bölümünü sonlandırıyor. Daha sonra, fiziksel ve enerji bedeni veya ruhu arasındaki kopuklukları tartışacağız.

15

BAĞLANTI KESİLMELERİ

Doğa tüm gerçek bilginin kaynağıdır. Onun kendi mantığı, kendi yasaları var; o sebep olmadan etkisi, zorunluluk olmadan icat yoktur.

- LEONARDO DA VİNCİ



Bağlantısızlıklar, ruh ile beden arasında ve vücudun çeşitli bileşenleri arasında meydana gelen enerjik iletişimdeki kesintileri ifade eder.

HAMİLELİKLE İLGİLİ BAĞLANTI KESİTİ

AÇIKLAMA

Sabah bulantısı dünya çapında milyonlarca kadını etkiliyor. Sabah bulantısına karşı tedaviler veya sözde tedaviler işe yarasa bile pek işe yaramıyor. Dünyanın bildiği kadarıyla sabah bulantısının gerçekten bir tedavisi yok. Alabileceğiniz ilaçlar var ancak bunlar fetüse, anneye veya her ikisine de zarar verme potansiyeli taşıyor çünkü tüm ilaçlar zehirlidir.

Eşim Jean Elizabeth'e hamileyken sabah bulantısı çekiyordu. Benden ona yardım etmemi istedi ve ben de hemen çare olduğunu bildiğim her şeyi düşünmeye başladım; onunla ya da diğer hastalarla daha önce denediğim ama gerçekten işe yaramayan ama sabah bulantılarını hafifletebilecek zencefil, bileklik vb. gibi şeyler.

BAĞLANTI KESME

Bildiğim herhangi bir uygulanabilir seçenek olmadığından, Yüksek Güce dönüp yardım istemeye karar verdim. Bana gelen cevap, sabah bulantısının annenin beyni ile büyüyen fetüsü arasındaki kopukluktan kaynaklandığı yönündeydi.

Bulduğum şey, beynin bazen başlangıçta içeride büyüyen bu yeni hayatla bağlantılı olmadığıydı. Temel olarak beynin fetüsle, göbek kordonuyla, amniyotik sıvıyla (bebeğin içinde yüzdüğü sıvı) ve plasentayla (astar) enerjisel olarak bağlantılı olması gerekir.

bebeği anneye bağlayan rahim). Beyin bu dört farklı kısımla bağlantı kurana kadar sabah bulantıları yaşanacaktır. Bu kısımlar ile beyin arasında bağlantı kurulduğu anda sabah bulantıları genellikle anında kaybolur.

BAĞLANTI KESİLME TESTİ

İşte süreç. Basitçe şu soruları sorun: "Beyniniz fetüse bağlı mı?" Cevabınız evet ise bir sonraki soruya geçin. “Beyniniz göbek kordonuna bağlı mı?” Eğer cevabınız evet ise bir sonraki soruya geçin. "Beyninizin amniyotik sıvıyla bağlantısı var mı?" Eğer bu cevabınız evet ise şu soruyu sorarsınız: "Beyniniz plasentaya bağlı mı?" Bu sorulardan herhangi biri zayıf çıkarsa, bir mıknatısı veya elinizi yönetici meridyenin herhangi bir uzunluğu üzerinde üç kez kaydırarak beyni o belirli bileşene yeniden bağlarsınız.

Daha sonra aynı soruları tekrar sorarak yeniden test yaparsınız ve dengesizlikleri, hepsi güçlü bir şekilde test edilene kadar düzeltirsiniz. Herhangi bir bağlantıyı düzeltmekte zorluk yaşıyorsanız, bunun nedeni genellikle kolaylıkla bulunup serbest bırakılabilen tutsak kalmış bir duygu olacaktır.

Bu iletişimin iki yönlü bir süreç olduğunu buldum. Yani iletişim beyinden bu kısımlara, bu kısımlardan da beyne doğru akar. Yani beyindeki bu kısımlardaki dengesizlikleri düzelttikten sonra süreci tersine çevirip şu soruyu sormanız gerekir: "Fetüs beyninize bağlı mı?" Eğer bu test güçlüyse, bir sonrakine geçin. “Göbek kordonu beyninize bağlı mı? Amniyotik sıvı beyninize bağlı mı? Plasenta beyninize bağlı mı?” Bu sorulardan herhangi birinin testi zayıfsa kaydırarak yeniden bağlanın*yukarı*Yönetici meridyeni üç kez kontrol edin ve ardından tekrar test edin. Yani “Fetüs beyninize bağlı mı?” ve zayıf bir kas testi alırsanız veya geriye doğru sallanırsanız, o zaman bu cevap hayırdır ve yönetici meridyeni yukarı kaydırırsınız.

Burada açıklık getireyim. Yönetici meridyeni yukarı kaydırdığınızda, belden başlayıp bir mıknatısı veya elinizi bel bölgesinden başınıza doğru üç kez kaydırabilirsiniz. Bunu kendi başınıza yapıyor olsaydınız, yönetici meridyeni yukarı kaydırmak için enseden başlayıp üç kez başınızın üzerinden alnınıza doğru gitmeniz gerekirdi.

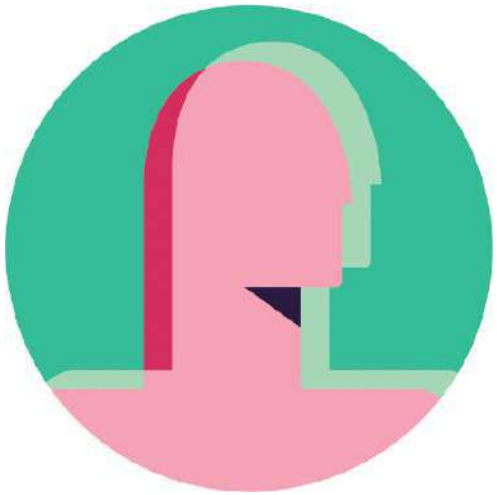
Bu bilgiye ulaştığımdan bu yana geçen yıllar boyunca çok sayıda sabah bulantısı yaşayan kadın gördüm ve henüz bunun yardımcı olmadığı kimseyle karşılaşmadım. Çoğu zaman etki anında ve oldukça dramatik olur.

Bu bağlantıları kurduğunuzda, genellikle sabah bulantıları anında ortadan kalkacaktır. Kadınların en sık söylediği şey şu: "Kendimi daha iyi hissediyorum, gidip bir şeyler yiyeceğim." Sanırım bundan hoşlanacaksınız, bu Beden Kodu dışında başka hiçbir yerde bulamayacağınız bir şey.

RUHSAL/FİZİKSEL BAĞLANTI KESİTİ

AÇIKLAMA

Ruhsal/fiziksel kopukluğu anlamak için ikili doğamızı biraz anlamalısınız. Şahsen ben her birimizin başlangıcı olmaksızın her zaman ayrı ve farklı zekalar olarak var olduğumuza inanıyorum. Her zaman var olduğumuza ve her zaman var olacağımıza inanıyorum. Ayrıca, yüzyıllar önce, Cennetteki Babamız olan Tanrı'nın, zekalarımızı bizim için ruhani bedenler halinde düzenlediğine ve bize failliğimizi veya seçme özgürlüğümüzü verdiğine inanıyorum. Bu dünya bize ilerleyebilmemiz için bir yer sağlamak üzere yaratıldı ve fiziksel bedenlerimiz, ruh bedenlerimizin tam anlamıyla mükemmel görüntüsündedir. Yani şu anda ruhu bedeninizden çıkarıp yanınıza koysanız, inanıyorum ki, en ince ayrıntısına kadar tıpatıp size benzerdi.



RUH-BEDEN ŞABLONU

İnanıyorum ki, fiziksel bedenimiz bu şablona dönüşüyor. Ayrıca fiziksel bir bedene sahip olmanın bu dünyadaki ve gelecek dünyalardaki ilerlememizin kritik bir parçası olduğuna inanıyorum.

Yıllardır aklımdaki sorular şuydu: “Nasıl çalışıyor? Bağlantı nedir? Fiziksel beden ruh bedeniyle nasıl bağlantı kurar ve bunun tersi de geçerlidir ve bu arayüzün kendisinin dengesizliğe duyarlı olması mümkün müdür?" Arayüzü hala anlamamış olsak da gerçekten bozulabilir.

Fiziksel bedenin herhangi bir parçasının ruh bedeninden bağlantısı kesilebilir. Şimdi, tabii ki ruhunuz fiziksel bedeninizden tamamen ayrılırsa buna ölüm deriz ve onlar cenazenizi planlayacaklardır. Ancak bazen ruh ve fiziksel bedenin bağlantısının büyük ölçüde kopması mümkündür ve siz hala hayatta olacaksınız. Ancak bu durumda kendinizi pek iyi hissetmeyebilirsiniz, çünkü fiziksel bedenin verimli çalışabilmesi için kesinlikle ruhun zekasına ihtiyacı vardır.

Bu tür kopuklukları düzeltmenin bir yolunu keşfettikten kısa bir süre sonra ofisime, kafatasının tabanından beline kadar ağrısı olan ve 0'dan 10'a kadar olan ölçekte 9,5 olarak tanımladığı bir kadın geldi. Onu kontrol ettiğimde tüm fiziksel bedeninin, başının ve boynunun, göğsünün ve karnının içindeki ruhtan tamamen kopmuş olduğunu gördüm.

Ruhu fiziksel bedene yeniden bağlayarak ağrı seviyesi hemen 9,5'tan 2'ye çıktı.

Ruhsal beden ile fiziksel beden arasındaki kopukluğun sonucu kemiklerin yanlış hizalanması, bağışıklığın azalması, organ ve bezlerin arızalanmasıdır ve bunun kansere de katkıda bulunan bir faktör olabileceğine inanıyorum. Kansere yakalanmamızın nedenlerinden birinin ruh ile fiziksel beden arasındaki kopukluk olduğuna inanıyorum. Bunu şu şekilde düşünün: Ruh içinizdeki zekadır, fiziksel beden aslında sadece donanımdır; Bu yürüyen, konuşan bir bilgisayar sistemidir ve fiziksel beden ile ruhun artık iletişim kuramayacağı bir kopukluk meydana gelirse, o zaman kanserin ortaya çıkabileceği bir durum yaratabilir.

BAĞLANTI KESİLME TESTİ

Bu sorunu kontrol etmek için şöyle bir şey sorabilirsiniz:

"Ruhunuz bedeninizle tam olarak iletişim kuruyor mu?" Cevabınız hayırsa, daha derine inmek için şu soruyu sorabilirsiniz: "Ruhunuz, başınız veya boynunuzla tam olarak iletişim kuruyor mu? Ruhunuz göğsünüzle tam olarak iletişim kuruyor mu? Ruhunuz karnınız ile tam olarak iletişim kuruyor mu? Yoksa sağ kol mu? Sol kol mu? Sol bacak mı? Sağ bacak mı?"

Bunlar ruhun ve bedenin iletişim açısından kullandığı bölgeler gibi görünmektedir. Bu bölgelere ayrılmıştır. Baş, boyun, göğüs, karın, sağ kol, sol kol, sol bacak ve sağ bacak.

RUH/FİZİKSEL BEDENİ YENİDEN BAĞLAMAK

Bir zamanlar sağ ayağında ağrı olan bir hastamın beni görmeye geldiğini hatırlıyorum. Neyin yanlış olduğunu görmek için test yaptım ve ayağında yanlış hizalanmış bir kemik buldum. Ama aynı zamanda ruh ve beden arasında da bir kopukluk vardı ve öyle oldu ki, bağlantının tamamı kopmuş olan bacaktı. Sadece arkadan aşağıya, yönetici meridyenden aşağı doğru üç kez kaydırarak yeniden bağladım ve anında topallamadan yürüyebildi. İçeri girdiğinde belirgin bir topallaması vardı ve yeniden bağlantı kurması sadece birkaç saniye sürdü. Aniden hiç topallamadan ayağa kalkıp yürüyebildi. Birkaç adım attıktan sonra hızla döndü ve bağırdı: "Bunu nasıl yaptın? Ne yaptın?" Yaptığım tek şey, bu kopukluğu düzeltmek amacıyla sırtına üç kez bir mıknatıs geçirmekti, ancak sonuç, ruhunun fiziksel bacağıyla anında yeniden bağlantı kurması ve ayağındaki yanlış hizalamanın anında kendi kendine düzeltilmesiyle sonuçlanmasıydı!

Görüyorsunuz, ruh ve fiziksel bedenin bağlantısı kesildiğinde, bu, yanlış hizalamaların devam etmesine ve düzeltilmeden kalmasına izin verir. Eğer beyin gerçekten isteseydi, hizası bozulan kemikleri yeniden bağlayamaz veya yeniden hizalayamaz mıydı? Neden yapmıyor? Bunu yapmamasının en büyük nedenlerinden birinin bu kopukluk olgusu olduğuna inanıyorum.

İLETİŞİM TESTLERİ

Diğer yöndeki iletişim sorunlarını kontrol etmek için bu soruları tersten sorabilirsiniz. Bedeniniz ruhunuzla tam olarak iletişim kuruyor mu? Başka bir deyişle bu iki yönlü bir iletişimdir. Senin

Ruhunuzun fiziksel bedeninizle iletişim kurması ve fiziksel bedeninizin de ruhunuzla iletişim kurması gerekir.

RUH/FİZİKSEL BEDENİ YENİDEN BAĞLAMAK

Sabah bulantılarında gördüğümüz gibi, bu tür iletişim bozukluklarını iki yönde düzeltmeniz gerekebilir. Başka bir deyişle, eğer ruh ve fiziksel beden arasında dengesizlikler bulursanız, eğer fiziksel olanla bağlantısı kopmuş olan şey ruhsa, o zaman bir mıknatısı veya elinizi yönetici meridyenden üç kez aşağı doğru kaydırarak düzelteceksiniz. Ruhla bağlantısı kopan şey fizikselse, yönetici meridyen yukarı kaydırılarak düzeltilir.

Ruhun daha yüksek bir titreşim olduğunu düşünün. Yani ruhu bedene bağlamak için, daha yüksek bir titreşimden (ruh) daha düşük bir titreşime (fiziksel beden) gidiyorsunuz ve böylece yönetici meridyenden aşağıya doğru yuvarlanıyorsunuz. Ve aynı şekilde, eğer bedenin bir kısmı ruhla iletişim kurmuyorsa, o zaman fiziksel bedenden ruha doğru yuvarlanırsınız.

Peki “Bedeniniz ruhunuzla tam olarak iletişim kuruyor mu?” sorusunu sorarsanız. cevabınız hayırsa şunu sorabilirsiniz: “Kafanız ruhunuzla tam olarak iletişim kuruyor mu? Ruhunuz kafanızla tam olarak iletişim kuruyor mu? Göğüs kafesiniz ruhunuzla tam olarak iletişim kuruyor mu?” ve benzeri. Elbette sol ve sağ kol ile sol ve sağ bacak hakkında da soru sorabilirsiniz.

BELİRLİ BAĞLANTI KESMELERİNİ BULMAK

Bazen vücudun bir bölgesinde bağlantısı kesilmiş daha küçük bir doku alanı bulunabilir. Örneğin belirli bir kas, organ, bez, kemik veya başka bir dokunun bağlantısı kesilebilir. Vücudu tararken bağlantı kopması ortaya çıkıyorsa ancak sorun belirli bir bölgede görünmüyorsa, "Bu kafanın içindeki (veya boynun içindeki veya karın veya göğüsteki) bir bağlantının kesilmesi mi?" diye sorabilirsiniz. ve benzeri. Bu, bağlantısı kesilen spesifik dokuya yol açacaktır.

Örneğin bel sorunu olan biriyle çalışıyorsanız şu soruyu sorabilirsiniz: "Ruh ile karın arasında veya ruh ile beliniz arasında bir kopukluk var mı?" Veya “Bedenin bu bölgesi ile ruh arasında bir kopukluk mu var?” Ve eğer sen

Bu soruya olumlu bir cevap alırsanız, bedenin o kısmını ruha mı, yoksa ruhu bedenin o kısmına yeniden bağlamaya mı çalıştığınıza bağlı olarak ya yukarı ya da aşağı yuvarlanırsınız.

TAM ÇİFT YÖNLÜ İLETİŞİM

Çoğu zaman Beden Kodu Zihin Haritasını kullanırken buna benzer kopukluklar bulacaksınız.

Bunun tam çift yönlü bir iletişim olduğunu unutmayın. Bu ne anlama gelir? Örneğin telsiz, tam çift yönlü bir iletişim cihazı değildir çünkü aynı anda yalnızca bir kişi konuşabilir. Öte yandan telefon, tam çift yönlü bir iletişim cihazıdır, yani iki kişi aynı anda konuşabilir. Bunun her iki şekilde de kontrol edilmesi gerekir. Ruhun fiziksel ile iletişimini kontrol etmeniz gerekir ve eğer bu iletişim patlamışsa veya dengesizse, bunu düzeltmek için yönetici meridyeni üç kez aşağı yuvarlamalısınız. Ayrıca ruhla fiziksel bağlantı olup olmadığını da kontrol etmeniz gerekir. Yönetici meridyeni üç kez yuvarlarsınız ve yine, eğer bunu kendi başınıza yapıyorsanız ve yönetici meridyeni aşağı doğru yuvarlamanız gerekiyorsa, alından o yöne doğru gitmeniz yeterlidir. Tutsak kalmış bir duyguyu üç kez salıverir gibi alından enseye doğru ilerleyin ve eğer ters yöne gidiyorsanız, enseden başlayıp başın üzerinden alnına doğru ilerleyin.

RUH BEDENDEN ÇIKIYOR

AÇIKLAMA

Bundan sonra konuşacağımız şey, ruhun bazen bedeni nasıl bir dereceye kadar terk edebildiğidir. Ölüm elbette ruh ile bedenin tamamen ayrılmasıdır, peki ya ruh ile bedenin kısmen ayrılması? Bu, kopukluktan farklıdır; bu durumda, ruh aslında bedenden çıkar veya bir dereceye kadar bedenden dışarı çıkar.

Düşme, araba kazası ya da başka türde bir yaralanma gibi bir tür fiziksel travma ya da kavga, işkence ve bu tür aşırılıklar gibi yoğun duygusal stres nedeniyle ruh aslında fiziksel bedenden ayrılabilir. .

RUH/BEDEN AYRIŞMASI

Ruhun bir kısmı fizik bedenin dışındaysa, sonuç ruhla beden arasındaki kopukluğa benzer olacaktır. Ayrım ruhun konumunu içerir. Basit bir kopuklukta, ruh bedeni olması gerektiği yerdedir, ancak bazı nedenlerden dolayı fiziksel bedenle iletişim kurmuyordur. Ancak eğer ruh fiilen bedenden bir dereceye kadar ayrılmışsa, bu durumda da iletişim zorlukları ortaya çıkacaktır.

RUH/BEDEN AYIRMASININ TESTİ

Basitçe şu soruyu sorabilirsiniz: "Ruhunuzun yüzde 100'ü fiziksel bedeninizde mi?" Değilse, ruhun ne kadarının fiziksel bedende olduğunu sorun ve bir yüzde belirleyin. Bunu düzeltmek için, "Şimdi ruhunuzu ait olduğu yere yüzde 100 olarak fiziksel bedeninize geri getiriyorum" derken yönetici meridyeni aşağı yuvarlamanız yeterlidir. Daha sonra yeniden test edin.

BÖLÜM 4

YANLIŞ HİZALAMALAR

Vücudumuzun omurga omurlarında
deneyimlediğimiz fiziksel kaygılar ve yanlış hizalanmalar
çoğu zaman ruhsal enerjiyle doğrudan ilişkilidir.
serbestçe akma yeteneği.

— DASHAMA KONAH GORDON

Skeletal Misalignments

Soft Tissue Misalignments

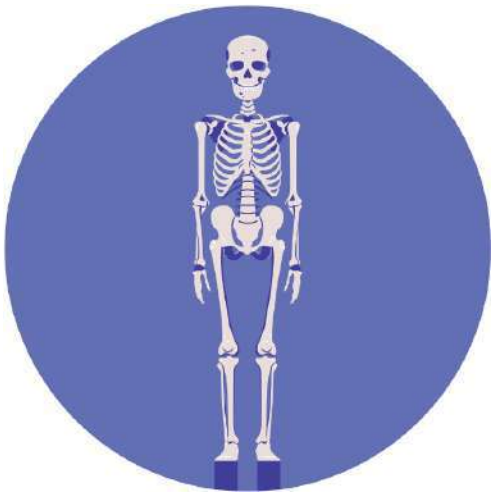
Bir sonraki bölümün amacı, kemiklerdeki ve diğer dokulardaki yanlış hizalanmaları, bunları nasıl tanımlayacağınızı ve bunları düzeltmek için ne yapmanız gerektiğini anlamanıza yardımcı olmaktır.

16

İSKELET YANLIŞ HİZALAMALARI

Yalnızca yerinden çıkmış kemikleri değiştirmekle kalmayıp, aynı zamanda fiziksel ve ruhsal sağlığın, mutluluğun ve yaşamımızın tam meyvelerinin tadını çıkarabilsin diye başkalarına da eğitim vermenin zorunlu bir görevim olduğunu hissediyorum.
dünyevi hayatlar.

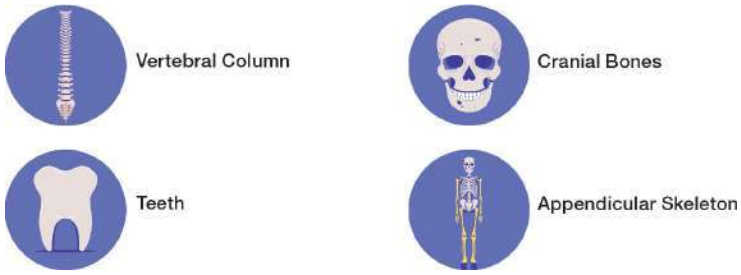
— DANIEL DAVID PALMER



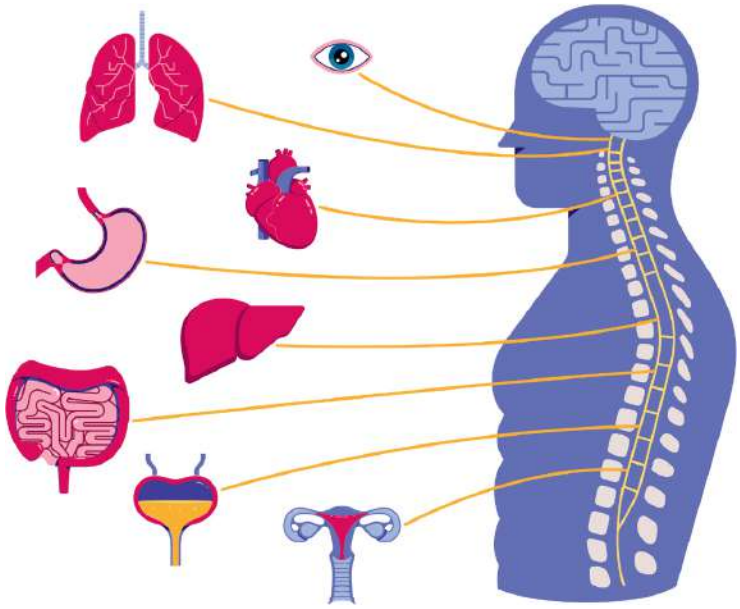
Yapısal yanlış hizalamalar vücuttaki dengesizliğin ana kaynağıdır çünkü yapı işlevi etkiler. Muhtemelen kayropraktik doktorlarının kemiklerin hizalanmasında uzmanlaştığını biliyorsunuzdur, ancak fiziksel ve enerjisel bedenin herhangi bir bölümünün yanlış hizalanabileceğini biliyor muydunuz? Sadece birkaçını saymak gerekirse kemiklerde, kaslarda, tendonlarda, bağlarda, sinirlerde, organlarda, dişlerde ve hatta gözbebeklerinde, çakralarda ve meridyenlerde yanlış hizalamalar buldum.

Yanlış hizalanabilecek tüm dokuları dahil etmek bu kitabın kapsamı dışındadır ancak bunlar Vücut Kodu Sistemi uygulamasına dahil edilmiştir. Daha fazla bilgi için Discoverhealing.com/app adresini ziyaret edin.

Bu bölümün amacı size nasıl kayropraktik uzmanı olunacağını veya uygun kayropraktik bakımın nasıl değiştirileceğini öğretmek değil, bunun yerine vücudunuzun uygun hizalanma ve dengeye ulaşmasına ve bunu korumasına nasıl yardımcı olacağınızı öğretmektir. 1988'den başlayarak uzun yıllar kayropraktik doktoru olarak çalıştım ve kayropraktik bakımının ne kadar önemli ve hayat değiştiren olabileceğini gördüm. Vücut Kodunu kullandığınızda, kayropraktik ayarlamalarınızın, yanlış hizalamaların altında yatan nedenleri bulmanıza ve ortadan kaldırmanıza yardımcı olarak çok daha uzun sürdüğünü göreceksiniz.



YAPI İŞLEVİ ETKİLİYOR



Omurganın, beynin ve organların bu görüntüsüne bir bakın.

Çizgiler, beyin ile resimde gösterilen organlar arasındaki iletişimi sağlayan sinirleri temsil ediyor. Beyinden kaynaklanan mesajlar omurilikten aşağıya ve en sonunda sinirler boyunca ilerleyerek

onların varış noktası. Omurilik, omurgadaki omurlar tarafından barındırılır ve korunur.

Omurganın Yanlış Hizalanması

Omurga omurlarının düzgün hizalanması sinir uyarılarının serbestçe akmasına izin verir, ancak bu kemiklerin subluksasyon olarak bilinen yanlış hizalanması sinir iletiminin azalmasına neden olabilir. Bu, beyin ile vücudun organları ve dokuları arasındaki iletişimin azalmasına neden olur. Organ ve dokuların beyinle iyi bir iletişimi olmadığında sonuç, fonksiyon azalması, ağrı ve sonuçta hastalık olabilir.

Beyin ile vücudun tüm bölümleri arasında iyi bir iletişim kurmanın ne kadar önemli olduğunu anlamak önemlidir. Örneğin, sırtınızın üst kısmında bir hizalanma bozukluğu gelişirse, bu durum beyinden akciğerlere giden sinirlerde parazite neden olabilir. Bunun gibi sinir müdahalesinden sonra hangi semptomları fark edebilirsiniz? Akciğerleriniz arızalanmaya başlarsa solunum yolu enfeksiyonlarına ve diğer akciğer sorunlarına daha yatkın olabilirsiniz. Aşağıdaki hikaye beyin ile akciğerler arasında iyi bir iletişim kurmanın ne kadar önemli olduğunu göstermektedir.

ÜÇ YAŞINDA ASTIM

Bir gün bir kadın üç yaşındaki oğlunu ofisime getirdi. Doğumunun karmaşık olduğunu açıkladı. Forseps yardımıyla doğdu, bu da genellikle boynun üst kemiklerinin yanlış hizalanmasına neden oluyor. Hayatının ilk yılında sürekli kulak enfeksiyonu geçirdi ve antibiyotik üstüne antibiyotik kullandı ama fayda etmedi.

Birinci yaş günü civarında hırıltılı nefes almaya ve nefes almakta zorluk çekmeye başladı ve kendisine astım teşhisi konuldu. Sonraki iki yıl boyunca kendisine çeşitli ilaçlar reçete edildi, astım ilaçları ardı ardına ve onu bana getirdiğinde iki inhaler kullanıyordu ve iki ağızdan ilaç alıyordu. Bu çok hasta bir küçük çocuktu.

Bulduğum şey, sırtın üst kısmındaki üçüncü torasik omurda bir yanlış hizalamanın olduğu ve beyni ile akciğerleri arasında girişime neden olduğuydu. Astım semptomları tamamen kaybolmadan önce onu yalnızca üç kez ayarlamak zorunda kaldım. bir hastam olduğunu hatırlamıyorum

Bu gibi yanlış hizalamaları düzelterek astım sorununa yardımcı olamadım ve aynı deneyime sahip birçok kayropraktik doktoru tanıyorum.

Yanlış hizalama ve sinir müdahalesi astıma katkıda bulunuyorsa, diğer tüm organlar, bezler ve dokular ne olacak?

Beyniniz ile vücudunuzdaki organlar arasında iyi bir iletişim kurmanın önemini abartmak imkansızdır. Ancak bu, çoğu insanın üzerinde çok az düşündüğü veya hiç düşünmediği bir şeydir.

Yanlış hizalamanın altında yatan nedeni bulup dengelerken, Susanne'ın aşağıdaki hikayede bulduğu gibi bazen mucizevi şeyler olur.

Tekrar Nefes Alabiliyorum

Altmışlı yaşlarındaki bir hasta uzun yıllardır kronik obstrüktif akciğer hastalığı (KOAH) hastasıydı ve nefes alma zorluğunu 10 üzerinden 7 olarak değerlendirdi. T3 omurunda bir dengesizlik (kalıtsal bir tutsak duygu) ile birlikte bir yanlış hizalama bulduk. serbest bıraktık. Bundan sonra yanlış hizalanmış T3 omurunu enerjik olarak yeniden hizalayabildik. Ondan ayağa kalkıp biraz dolaşmasını ve daha iyi nefes alıp alamadığını bana söylemesini istedim. Birkaç dakika sonra yürürken uzun yıllardır yapamadığı özgürce ve derin nefes alabildi! Sanki kendisinden bir sürü tuğla alınmış gibi göğsünün içinde bir şeylerin açıldığını hissetti. Nefes alma zorluğunu anında 0 olarak değerlendirdi! Olabildiğince mutluydu! Ne mucize! Bu muhteşem yöntemi yarattığınız için Dr. Brad'e teşekkür ederiz!

- Dr. SusanneH., Bayern, Germanya

Tutsak kalmış duygular ve fiziksel travma enerjileri gibi diğer dengesizlikler keşfedilip temizlenmezse, altta yatan nedenler ele alınmadığı için kendinizi daha sık kayropraktik ayarlamalara ihtiyaç duyarken bulabilirsiniz. Aşağıdaki hikayede Antonio, omurgasını doğru hizada tutmak için Beden Kodunu kullanma deneyimini paylaşıyor.

Nedenleri Düzeltmek

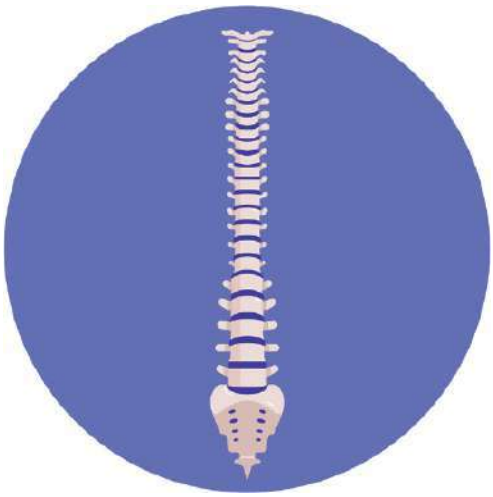
> Hayatım boyunca skolyoz hastası olacağım söylendi. Tutsak kalmış duyguların temizlenmesiyle, omurgamdaki farklı yerlerdeki tüm yanlış hizalamalar ve subluksasyonlar tekrar hizaya girdi ve artık subluksasyon yok. Tutsak kalmış duyguların sinirlerde iltihaplanmaya neden olduğunu, omurlara bağlı sinirlerin vücudun farklı organlarına kötü sinyaller gönderdiğini fark ettim. Tüm tutsak kalmış duyguları temizlemek artık hayatımda ilk kez omurgamın hiçbir gerginlik veya subluksasyon olmadan tamamen hizalanmasını sağladı.
>
> - ANTONIOS., TEXAS'lar, senNİTEDSTATES

Vücudu oluşturan tüm bileşenler; kaslar, tendonlar, bağlar, sinirler, organlar, yumuşak dokular veya kemikler olsun, saf enerjiden yapılmıştır ve bu nedenle uzaktan bile enerjisel olarak düzeltilebilme yeteneğine sahiptirler. Deneyimlerime göre, vücudun kemiklerinden başlayarak bazı yanlış hizalamalar diğerlerinden daha yaygındır.

OMURGA

AÇIKLAMA

Omurganın herhangi bir yerinde meydana gelen yanlış hizalamalar, sinir sıkışmasından kaynaklanan müdahale nedeniyle potansiyel olarak tehlikelidir. Daha önce tartıştığımız gibi, yanlış hizalanmış omurga omurlarından kaynaklanan sinir etkileşimi, beyin ile organlar, bezler ve vücudun diğer dokuları arasındaki iletişimin azalmasına veya bozulmasına neden olur.



Boyundaki en üst omur olan ilk servikal omurun yanlış hizalanması, en tehlikeli yanlış hizalanmadır. Bunun nedeni, beyinden vücudun geri kalanına olan tüm iletişimin içinden geçtiği omurilikte parazit yaratabilmesidir. C1 veya genel olarak adlandırıldığı şekliyle atlas omur, benzersiz bir konuma sahip olmasının yanı sıra anatomik olarak diğer tüm omurlardan farklıdır. Atlas omuruna özgü, bu kemiğin halkasının iç kısmından omuriliğin kendisine kadar uzanan kıl benzeri küçük bağlar vardır. Bu, kemiğin yanlış hizalanmasının, omurilikte meydana gelebilecek doğrudan müdahale nedeniyle çok çeşitli türde problemler yaratabilmesinin bir nedenidir.

Herhangi bir kemikte veya dokuda yanlış hizalanma bulursanız, çoğunlukla altta yatan bir neden veya nedenler olacağını ve bunların genellikle tutsak kalmış duygular olacağını unutmayın. Altta yatan nedenlerin ortadan kaldırılması genellikle yanlış hizalamanın anında düzeltilmesiyle sonuçlanacaktır. Değilse, yanlış hizalamayı düzeltmek amacıyla bir mıknatısla veya elinizi yönetici meridyenin üzerine birkaç kez kaydırın ve ardından hedefinize ulaşıp ulaşmadığınızı sorun.

KRANYAL KEMİKLER

AÇIKLAMA

Beni böbrek hastalığından kurtaran bütünsel doktorlar tarafından tedavi edilirken büyüleyici bir deneyim yaşadım.

Translated from English to Turkish - www.onlinedoctranslator.com

Bir gün tedavi masasında yatıyordum ve içlerinden biri eldivenli eliyle ağzımın çatısını yoklamaya başladı. Kafatasımdaki kemiklerden birinde yanlış hizalama olduğunu söylediler. Aniden bir şey hareket ettiğinde ağzımın çatısına hafif bir baskı uygulamaya başladılar. Hiçbir acı hissetmedim ama birden ağzımın çatısının daha önce olmayan bir kubbe şekline büründüğünü fark ettim. Bir anda ağzımın içinde iki kat daha fazla yer varmış gibi hissettim.

Bu deneyimi aklımdan çıkardım ama hiç unutmadım. Yıllar sonra kayropraktik okuluna gittiğimde kütüphaneden aldığım ilk kitap kafatası kemikleri hakkında bir kitaptı, kranyopati üzerine bir kitap.

Birkaç yıl pratik yaptıktan sonra, Dr. David Denton adında ünlü bir kraniyopatın verdiği seminerlere katıldım. Bir kişi nefes alıp verirken kafatasındaki kemiklerin çok hafif hareket ettiğini öğrendim. Kafatasının kemiklerini manipüle etmenin, yeniden hizalamanın ve kemiklerin normal hareket ve fonksiyonlarını geri kazandırmak için "kilidini açmanın" nasıl mümkün olduğunu öğrendim.

Bazen kemikler yanlış hizalanabilir veya eklem çizgileri veya yaygın olarak adlandırılan "dikiş çizgileri" boyunca genişleme veya daralma yeteneklerinde bloke olabilir.

Kafatasının ölümün ve yıkımın sembolü haline gelmesi bana komik geliyor. Bana göre kafatası çok harika ve karmaşık bir yaratımdır. Aslında bu, son derece karmaşık, üç boyutlu, en yüksek düzeyde bir yapbozdur ve yine de çoğu insanın düşündüğünden çok daha şekillendirilebilirdir.

YÜZÜNÜ YENİDEN DÜZENLİYOR

Bir gün alışılmadık bir sorunu olan sevimli bir genç kadın üzerinde çalıştık. Yüzü biraz Picasso'nun tablosuna benziyordu. Sol gözü sağ gözünden yaklaşık bir inç daha aşağıda olduğundan gözleri simetrik değildi. Bu ona çarpıcı bir görünüm kazandırıyordu ama bunun normal ve sağlıklı bir durum olmadığı benim açımdan açıktı. Bize sol gözündeki görüşünün son birkaç yılda giderek kötüleştiğini ve doktorlarının ona iki yıl içinde o gözünde tamamen görme kaybı beklemesi gerektiğini söylediğini anlattı.

Eşim Jean, kafayla ilgili işlerim olduğunda asistanım olarak sıklıkla benimle çalışırdı. Bu genç kadın ofise geldi ve ben de kafatasındaki farklı kemikleri kontrol ederek kas testine başladım. Kulak kanallarını barındıran şakak kemiklerinin her ikisinde de yanlış hizalama bulduk. Bükülmüşlerdi ve bu da kafatasının tamamında bir bozulmaya neden oluyor, neredeyse diğer tüm kemiklerin normal işlevine müdahale ediyordu.

Dr. Denton'un prosedürlerini takiben eşim, bu kadının şakak kemiklerinin “kilitlerini açmak” için ağzının içine eldivenli eliyle belirli bir noktaya hafif baskı uygularken, o derin nefes alırken ben de şakak kemiklerine hafif bir baskı uyguladım.

Bu şekilde, birkaç tedavi sonrasında şakak kemiklerini yeniden hizalamayı başardık. Sonuç şaşırtıcıydı. Artık sol gözü neredeyse diğer gözüyle aynı hizadaydı. Kafatasının kemikleri hareketsiz göründüğü için çoğu doktor ve biyologa göre bu imkansız gibi görünüyor. Bir zamanlar yaşayan bir insanın kurumuş kafatasına baktığınızda hiçbir hareketin gerçekleşmesi mümkün değilmiş gibi görünür.

Bu genç kadın için sonuç, sol gözündeki görme bozukluğunun aniden durup iyileşmeye başlamasıydı ve görünümündeki değişiklik onu tanıyan herkes tarafından hemen fark edildi.

DİŞLER

AÇIKLAMA

Vücuttaki herhangi bir kemik, özellikle bir tür kaza veya fiziksel travma sonucunda yanlış hizalanabilir. Oğlum Joseph'in beş yaşındayken durumu da böyleydi.

NOEL İÇİN TÜM İSTEDİĞİM ...

Joseph beş yaşındayken ağabeyi ile oynuyordu ve ön üst dişleri şiddetli bir şekilde kardeşinin kafasına çarptı. Sağ ön dişi gözle görülür şekilde geriye doğru eğilmişti. Yavaşça daha normal bir konuma getirdim ama ne olacağını merak ettim.

Tahmin edebileceğiniz gibi o diş griye döndü. Aile diş hekimimizi aradım ve olanları anlattım. Dişin öldüğüne ve yapılabilecek hiçbir şey olmadığına dair bana güvence verdi, ancak süt dişi olduğu için önemli değildi.

Birkaç hafta geçti ve Joseph'in dişine yardım etmek için bir şeyler yapılabileceğine dair içimde dırdırcı bir his vardı. Daha detaylı bir kontrol yapmaya karar verdim. Onun yerine kendimi kas testiyle test ettiğimde, dişin hala hizasının bozuk olduğunu gösterdiğini ancak çıplak gözle görülemeyeceğini fark ettim. Dişin bir yönde çok az miktarda döndüğünü fark ettim. Sadece tırnağımı kullanarak dişini ters yöne vurarak küçük bir düzeltme yaptım. Taşıyıcı testlerde ortaya çıkan bir sonraki yanlış hizalama, dişin üst çeneye doğru biraz fazla itilmesiydi. Dişi tuttum ve yavaşça aşağı doğru çektim. Daha sonra, dişin hâlâ biraz geriye doğru yanlış hizalanmış olduğunu keşfettim ve ters yönde küçük bir tırnağı hareket ettirdiğimde bu yanlış hizalamayı da düzeltiyormuş gibi görünüyordu. Bulup düzeltebildiğim iki küçük yanlış hizalama daha vardı. Bu akşam yapıldı.

Ertesi sabah Joseph'in bir zamanlar gri olan dişinin normal rengine döndüğünü görünce şok oldum. Görünüşe göre ölmemişti ama

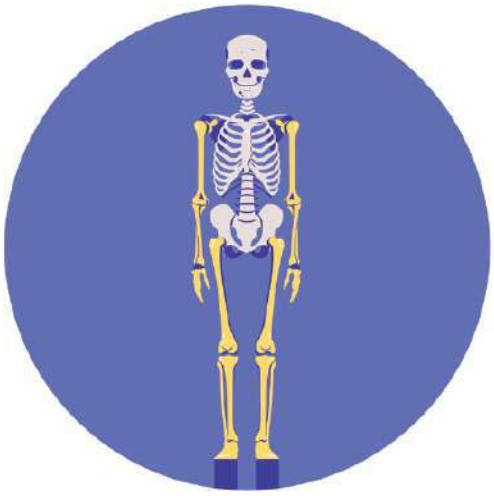
kesinlikle herhangi bir tiraj alamıyordu. Kanın dişlerimize aktığı küçük kılcal damarları düşünürseniz, yanlış hizalanmış bir dişin bu kan akışını nasıl bozabileceğini görmek kolaydır.

Bugün, aynı durumla karşı karşıya kalsaydım, durumu düzeltmek amacıyla bir mıknatısı veya parmak uçlarımı yönetici meridyene üç kez (deneğin yönetici meridyenine veya vekil veya vekil olarak hareket ediyorsam kendi meridyenine) doğru yuvarlardım. yanlış hizalama. Bunun gibi karmaşık bir durumda, yanlış hizalamanın her bir bileşenini düzeltmek için bunu birkaç kez yapmam gerekebilir, ancak bu, bu hikayede yaptığım fiziksel ayarlamalar kadar işe yarayacaktır.

APENDİKÜLER İSKELET

AÇIKLAMA

Apendiküler iskelet, tümü Vücut Kodu Sistemi uygulamasına dahil olan leğen kemiğini, bacakları ve ayakları oluşturan 126 kemiğin yanı sıra omuz kuşağı ve kol, bilek ve el kemiklerini içerir. Henüz indirmediyseniz daha fazla bilgi için Discoverhealing.com/app adresini ziyaret edin.



Doreen, aşağıdaki hikayede anlatıldığı gibi, kürek kemiğini uzaktan enerjik olarak yeniden hizalayabildiğini buldu.

Koyun Kırkıcı

8:00'deÖĞLEDEN SONRABir gece, ertesi gün kırkması gereken dört yüz koyunu olan bir kırkıcıdan imdat çağrısı aldım. Çok acı verdiği için sağ kolunu kaldıramıyordu. Çalışabilmesinin hiçbir yolu yoktu. Yağmur bekleniyordu, bu yüzden koyunları kırkmak için zaman çok önemliydi. Koyunlar ıslaksa, kırkıcılar tekrar kuruyana kadar onları kırkamazlar.

Hemen Beden Kodunu kullanarak onu kontrol ettim ve serbest bırakılması gereken tutsak duyguların olduğunu ve aynı zamanda kürek kemiğinde bir yanlış hizalanma olduğunu fark ettim ve bunu hemen enerjik bir şekilde düzelttim. Yaklaşık sekiz dakika sonra onu tekrar aradım ve o, kolunu hiçbir acı çekmeden kaldırabildiğine çok şaşırdı. Kesme işleminin gerçekleştirildiğini söylemeye gerek yok.

Ertesi hafta tam Beden Kodu değerlendirmesi için randevu aldı ve iş arkadaşlarını da beni görmeye gönderdi. Birçoğunun sırt ve boyun sorunları ve Vücut Yasasının onlar için ortadan kaldırabildiği diğer sağlık sorunları vardı.

- DÖRENM., WAIKATO, NEWZELANDA

Herhangi bir dokudaki yanlış hizalamanın enerji açısından nasıl düzeltileceğine ilişkin talimatlar için bir sonraki bölümün sonuna gidin. Beden Kodu ile gezegenin herhangi bir yerinden her şey düzeltilebilir. Bu harika değil mi?

17

YUMUŞAK DOKU YANLIŞ HİZALANMALARI

Bir kaşık dolusu ilaca, can veren güçten daha mı çok güveniyorsun?
yaşayan dünya?

— BJ PALMER

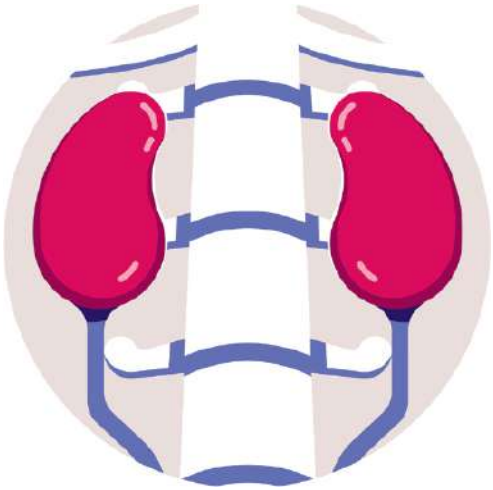
YUMUŞAK DOKU YANLIŞ HİZALANMALARI

Herhangi bir doku, duygusal veya fiziksel stres veya tutsak kalmış duygular nedeniyle yanlış hizalanabilir. Beden Kodu Sistemi uygulaması olası tüm yanlış hizalamaları içermesine rağmen, bu bölümde yanlış hizalamaya yatkın olan en yaygın iki yumuşak dokuyu, vücudun fasyal dokularını ve böbrekleri vurgulayacağım. Vücudun diğer dokularından bazılarını 12. Bölüm olan "Organlar"ı kullanarak test edebilirsiniz; bölüm 13, "Bezler"; ve Bölüm 14, "Sistemler."

BÖBREKLER

AÇIKLAMA

Meslekte geçirdiğim yıllar boyunca böbreklerin en sık yanlış hizalanan organlar olduğunu öğrendim. Ani travmaya maruz kalma, uzun süreli stres ve dehidrasyon da dahil olmak üzere birçok şey böbreğin yanlış hizalanmasına neden olabilir. Kafeinli içecekler, enerji içecekleri, siyah çay ve diğer toksinler, kandan süzülürken en sonunda böbreklere ulaşır, ancak böbrekleri zehirleyebilir ve dengesizleştirebilir, çoğu zaman hafifçe yanlış hizalayabilirler.



Böbrek dengesizleştiğinde çoğunlukla normal konumundan hafifçe "düşecektir". Vücutta en sık yanlış hizalanan organ aslında sol böbrektir, çünkü yine sol taraftaki eşleştirilmiş organlar ilk dengesizliğe uğrayan organlardır ve sağ taraftaki organlar yedek olarak yedekte tutulur. Böbrek bilgilerine bakarsanızBuradaböbreklerin alt sırttaki kaslara enerjisel olarak bağlandığını göreceksiniz. Böbrekler yanlış hizalandığında veya dengesizleştiğinde insanlarda bel ağrısının bu kadar yaygın olmasının nedeni budur. gözlemledim ki bunlar

Çoğunlukla düzenli olarak kafein tüketen veya su içme sorunu yaşayan kişilerle aynı kişilerdir.

Böbreklerden biri veya her ikisi de dengesiz hale geldiğinde veya yanlış hizalandığında, bel ağrısı çok geride kalmaz ve bel omurgasındaki diskler büyük hasar görme veya şişme riskiyle karşı karşıya kalır. Diskler, omurlar arasında bulunan ve vücudun ağırlığını omurga yoluyla ileten amortisörler gibidir.

Görev yaptığım yıllar boyunca bel fıtığı sorunu yaşayan pek çok hastayı tedavi ettim ve bunlardan sadece ikisini cerrahi müdahaleye yönlendirmek zorunda kaldım. Neden? Çünkü bel belinin sırrı aslında böbreklerdedir. Altta yatan ana neden olarak böbrek dengesizliği olmayan alt sırtta bir disk problemini hiç görmedim.

BÖBREK ADAM

Hastalarla görüşmeyi bitirdiğim bir günün sonunda sokaktan bir adamın içeri girdiğini hatırlıyorum. Öne doğru eğilmişti ve aynı zamanda bir tarafa eğilmişti; bu, belinde sinir sıkışması olan insanların üstleneceği yaygın bir pozisyondur. Sıkıştırılan sinirdeki baskıyı hafifletmek için "sıkışmadan" uzaklaşıyorlar. Ona yardım edip edemeyeceğimi sordu. Ben de şöyle cevap verdim: “Bilmiyorum. Ne zamandır bu pozisyondasın?” "İki yıl!" dedi.

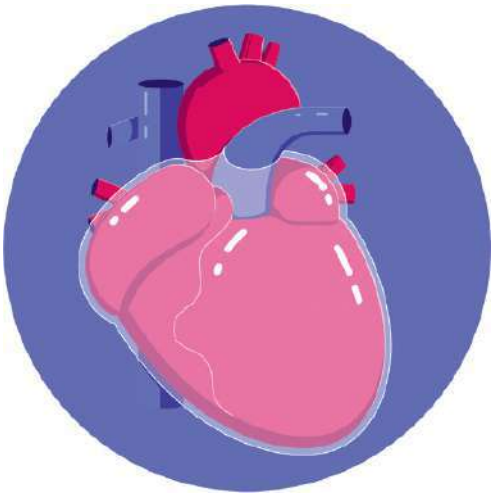
Onu tedavi odama geri getirdim ve her iki böbreğinin de normal konumlarından biraz çıktığını gördüm. Böbreklerini manuel olarak normal hizalarına getirdim ve sonra ayağa kalkmasını istedim. Ayağa kalktığında aniden duruşu mükemmel oldu. Şöyle bağırdı: “Ben heteroyum! Ben heteroyum! Bunu nasıl yaptın!?"

Lütfen böbreklerinizden birinde veya her ikisinde yanlış hizalanma bulursanız, bunları uzaktan bile enerjisel olarak düzeltebileceğinizi anlayın. Önce ilgili dengesizlikleri bulun ve kaldırın, ardından böbreği veya böbrekleri yeniden hizalamak amacıyla bir mıknatısla veya elinizi yönetici meridyenin üzerine birkaç kez kaydırın ve işte. Bu kadar kolay.

FASYAL BOZULMA

AÇIKLAMA

Fasya, vücuttaki çeşitli doku ve kemiklerin etrafını saran ve onları birbirinden ayıran “büzülme” olarak düşünülebilecek ince bir bağ dokusu tabakasıdır. Fasya, vücudun her kemiği, organı, arteri, damarı ve dokusu için koruyucu bir kaplama sağlar. Örneğin akciğerleri kaplayan fasyal dokuya plevra denir. İltihaplandığı zaman buna plörezi diyoruz. Beynin üzerindeki fasyal kaplamaya dura denir. “Epidural” kelimesi buradan geliyor. Kalbi çevreleyen fasya perikard olarak bilinir, vb.



Büyük osteopat Dr. Robert Fulford, fasyanın bozulabileceğini veya anormal gerginlik taşıyabileceğini keşfetme konusunda büyük ilerleme kaydetti. Vücudun dayanabileceği güçlü duygular, fiziksel travmalar ve diğer hakaretler, fasyal dokuyu bozabilir ve bükebilir. Fasya daha sonra bu enerjileri kendi içinde tutarak vücutta dengesizliklerin oluşmasına neden olur. Vücuttaki fasiyal ağ bozulursa vücut yapısı bozulur mu? Elbette. Eğer fasya vücuttaki organların etrafında şekil değiştirirse, o organlarda gerçekleşen kimyasal işlemler ve reaksiyonlar aynı şekilde verimli bir şekilde işleyecek mi? Öyle düşünmüyorum.

Fasyanın, vücut tarafından kullanılan başka bir iletişim yöntemi olduğuna inanılan piezoelektrik iletken etkiye sahip olduğu bulunmuştur. Araştırmasında Dr. Fulford, perküsyon adı verilen mekanik bir cihaz (esasen ağır hizmet tipi bir perküsyon vibratörü) kullanarak fasyal dokulara hareket kazandırabildiğini ve onların gerçekten gevşemesini ve çözülmesini sağlayabildiğini buldu. Dr. Fulford ve diğerlerinin kullanarak elde ettiği sonuçlar

Fasyal dokuyu gevşeten vurmalı çalgılar mucizevi bir şey değildi. Uzun süredir devam eden fiziksel sorunlar perküsyonla hemen çözülüyor.

Dr. Fulford'un tekniğini çeşitli şekillerde denedikten sonra fasiyal distorsiyona çözüm bulmanın belki de ek bir yolu olabileceğini düşünmeye başladım. Vücudun herhangi bir anında belli miktarda fasiyal distorsiyon meydana gelir. Muhteşem bir bilgisayar olan bilinçaltı, bu çarpıklığın tamamen farkındadır ve bunu en ince ayrıntısına kadar kavrar. Niyet ederek ve ilgili dengesizlikleri bulup düzelterek fasyanın dengeli bir duruma dönmesine yardımcı olabilirsiniz, bu da sağlık ve refah üzerinde harika etkilere sahip olabilir.

BEYİN YÜZDESİNİ BELİRLEME İLETİŞİM

Belirli bir organın veya bezin işlevini iyileştirmeye çalışıyorsanız şu soruyu sorabilirsiniz: "Beyin tarafından bu organa gönderilen mesajların ortalama yüzde kaçı bozulmadan ulaşıyor?" Örneğin, astım hastası insanlara rutin olarak yaptığım şeylerden biri şu soruyu sormaktı: "Beyninizden gelen iletişimin ortalama yüzde kaçı akciğerlerinize sağlam bir şekilde ulaşıyor?" Daha sonra "Bu mesajların yüzde 50'si ulaşıyor mu?" gibi soruların cevabını bulmak için kas testi yapardım. Hayır. "Bu mesajların yüzde 40'ı ulaşıyor mu?" Bu şekilde kesin bir sayıya ulaşmak mümkündür. Yanlış hizalanmış bir omurda enerjisel olarak yapısal düzeltme yapılmadan önce ve sonra bu yüzdeyi belirleyin, göreceğiniz değişikliklere hayran kalacağınızı düşünüyorum.

ALIŞTIRMA: YANLIŞ HİZALAMAYI BULUN VE DÜZELTİN

AŞAMA 1.

Şunu sorun: "Bende (veya sizde) şimdi düzeltilebilecek bir yanlış hizalama var mı?"

- **Cevabınız evet ise 2. Adıma geçin.**
- **Cevabınız hayır ise, hiç bir hiza bozukluğunuz olmayabilir veya şu anda düzeltilemeyecek bir hizalama sorununuz olabilir, dolayısıyla daha sonra tekrar denemek isteyebilirsiniz.**

ADIM 2.

(Kod Çözme) Şunu sorun: "Bu yanlış hizalama hakkında daha fazla bilgiye ihtiyacımız var mı?"

- **Hayırsa Adım 3'e (İlişkilendirme) geçin.**
- **Hangi dokunun yanlış hizalandığını henüz belirlemediyseniz, bunun bir kemiğin, bir organın, fasyanın veya bir organın yanlış hizalanması olup olmadığını belirlemek için bir eleme işlemi kullanın.**

başka bir doku.

- **Henüz yapmadıysanız tam liste ve ücretsiz deneme için Discoverhealing.com/app adresinden Body Code uygulamasını indirmekten çekinmeyin.**

AŞAMA 3.

(İlişkilendirme) Şunu sorun: "Kodunun çözülmesi gereken ilişkili bir dengesizlik var mı?" (Çoğu zaman yanlış hizalamaların tutsak kalmış duyguların çarpıtıcı etkisinden kaynaklandığını unutmayın.)

- **Hayır ise Adım 5'e (Niyet) geçin.**
- **Cevabınız evet ise Gövde Kodu Haritasına dönünBuradave ilgili dengesizliklerin kodunu çözüp giderin, ardından buraya dönün ve Adım 3'ü tekrarlayın.**

ADIM 4.

(Niyet) Yanlış hizalamayı düzeltme niyetini sürdürürken, bir mıknatısla veya elinizle yönetici meridyenin herhangi bir uzunluğu üzerinde üç kez kaydırın.

ADIM 5.

Şunu sorun: "Bu yanlış hizalamayı düzelttik mi?"

- **Cevabınız evet ise, 1. Adımdan başlayabilir ve başka bir hizasızlık bulmak için işlemi tekrarlayabilirsiniz.**
- **Hayırsa, yeniden odaklanın, yardım için dua edin, kalbinizin bunun işe yarayacağına dair sevgi ve şükran hissetmesine izin verin ve niyetle bir kez daha üç kez kaydırın.**

DÜZELTME İÇİN FAYDALI İPUÇLARI

YANLIŞ HİZALAMALAR

Vücudun tüm parçalarının saf enerjiden yapıldığı ve enerjisel olarak manipüle edilebileceği veya düzeltilebileceği fikrine alışın.

Bir yanlış hizalamayla ilişkili bir dengesizlik olduğunda, bu ilgili dengesizliğin düzeltilmesinin hemen hemen her zaman yanlış hizalamanın anında düzeltilmesiyle sonuçlanacağını göreceksiniz.

YENİLENEN YANLIŞ HİZALAMA

Eğer bir yanlış hizalanma tekrarlanırsa, bunun en yaygın nedeni tutsak kalmış bir duygu, fiziksel bir travma enerjisi veya başka bir tür dengesizlik olacaktır. Tüm olasılıklara açık olun.

Yapısal yanlış hizalamalar yaygın sorunlardır. Omurganızı iyi bir hizada tutmak için bölgenizde bir kayropraktik uzmanı bulmanızı ve onun tavsiyelerine uymanızı tavsiye ederim. Ancak bir masöre gitmek için evinizden çıkamayacağınız ve kendi başınıza kalacağınız gün gelirse, bunun gibi düzeltmelerin sadece niyetinizin enerjisiyle de yapılabileceğini unutmayın.

BÖLÜM 5

TOKSİNLER

Size verilecek en muhteşem makine olan
vücudunuza iyi bakmazsanız, bu makine nerede olacak?
sen yaşıyorsun?

— KARYN CALABRESE

Heavy Metals

Biological Poisons

Food Toxins

Drug Toxins

Dünya gezegeninde karşı karşıya olduğumuz gerçek bir toksin evreni var. Her gün soluduğumuz hava, yediğimiz yiyecekler ve hatta kullandığımız elektronik aletler aracılığıyla toksinlere maruz kalıyoruz.

Bu bölümün amacı toksisiteyi, nasıl tespit edeceğinizi ve düzeltmek veya ortadan kaldırmak için ne yapmanız gerektiğini anlamanıza yardımcı olmaktır. Vücudumuzu etkileyen birçok farklı toksin türü vardır. Bu bölümde tartışılan toksisite türleri arasında cıva gibi ağır metaller, böcek ısırıkları gibi şeylerden kaynaklanan biyolojik zehirler, tatlandırıcılar ve koruyucular gibi gıda toksinleri ve reçeteli ve eğlence amaçlı ilaçlar da dahil olmak üzere ilaç toksinleri yer alır.

18

TOKSİNLERLE BAŞA ÇIKMAK

Her şey zehirdir ve hiçbir şey zehirsiz değildir; sadece doz bir şeyi bir şey değil yapar zehir.

—PARACELSUS

Toksisite, vücutta toksinlerin veya toksik maddelerin birikmesini ifade eder. Çoğunlukla toksisite nispeten yeni bir olgudur. Toksinlerin çoğu çevremize ve daha sonra Sanayi Devrimi'nin başlangıcında vücudumuza verildi. Dünya gezegeninin sağlığı azaldıkça bu sorun artmaya devam ediyor. Zehirlilik artık dünya çapında bir sorundur ve ne yazık ki Dünya üzerinde zehirli kirleticilerden arınmış hiçbir yer yoktur.

Maruz kaldığımız toksinlerin büyük bir kısmı yediğimiz yiyeceklerden gelir. Amerika Birleşik Devletleri'ndeki ortalama bir kişi, gıda katkı maddeleri şeklinde yılda yaklaşık on dört kilo kimyasal alıyor: nemlendiriciler, nemlendiriciler,

koruyucular, gıda boyaları vb. Ne kadar çok işlenmiş gıda yerseniz, bu toksik gıda katkı maddeleri dokularınızda o kadar fazla birikecektir. Bu toksinler vücuda zarar verir ve bağışıklık sisteminin normal fonksiyonuna müdahale eder.

Bağışıklık sistemi, detoksifikasyon adı verilen bir süreç olan toksinlerin ortadan kaldırılmasından sorumludur. Sadece toksinlerin kendisi detoksifikasyon sürecine zarar vermekle kalmaz, aynı zamanda diğer birçok dengesizlik türü de buna müdahale edebilir. Bu ilişkili dengesizliklerin bulunması ve temizlenmesi, Melissa'nın aşırı dozda ilaç aldıktan sonra bir aile hayvanını zehirden arındırmak için Beden Kodunu kullandığında deneyimlediği gibi, detoksifikasyon sürecini büyük ölçüde kolaylaştırabilir.

Aşırı Doz Almış Kedi

Kız kardeşim geçen ay beni çılgınca aradı. Sevgili kedisi Champ, diğer kedisinin ilacından oluşan bir şişeyi devirdi. Haplar yere döküldü ve aroma katmış olmalı çünkü Champ hepsini yedi! Veteriner ona ölmesine hazırlıklı olmasını söyledi. Kilometrelerce uzaktaki evimden vekaleten bir saat boyunca hararetli bir şekilde onun üzerinde çalıştım. O gün her saat başı ve ondan sonra her gün günde birkaç kez o kediye detoks yaptım. Kedi şu anda gayet iyi ve herhangi bir sorun belirtisi yok. Bu bir mucize! Kız kardeşim son zamanlarda hayatında çok fazla travmatik stres yaşadı ve kedisinin ölümü onu uçurumun eşiğine getirmiş olabilir. Sahip olduğumuz bu araç için çok müteşekkirim!

- MELISSAM., ÜTAH, SENNİTEDSTATES

Hatırlanması gereken önemli bir nokta, eğer vücutta tutsak kalmış duygular ve diğer enerji dengesizlikleri mevcutsa, bunların detoksifikasyonu daha da zorlaştırma eğiliminde olacağıdır. Örneğin, karaciğerde (detoksifikasyonun ana organı) yerleşmiş olan tutsak duygu veya travmalarınız varsa, şu anda karaciğerde meydana gelen her kimyasal reaksiyon bir dereceye kadar müdahaleye maruz kalacaktır. Karaciğer fonksiyonu hiçbir şekilde yüzde 100 olmayacak ve zararlı toksinlerden kurtulmak daha da zorlaşacak. Benzer şekilde bağışıklık sisteminizin büyük bir bölümünü barındıran ince bağırsakta da bu tür dengesizlikleriniz varsa toksinlerden kurtulmakta da zorlanacaksınız.

ENERJİ OLARAK TOKSİNLER

Tüm toksinler yalnızca saf enerjiden oluşur, dolayısıyla onlara Beden Koduyla bu şekilde davranabilirsiniz. Toksinleri, tıpkı tutsak kalmış duygular veya diğer enerjiler gibi, vücuttaki enerji bulutları olarak düşünün. Bir toksin bulduğunuzda, toksinin türünü ve ilişkili olabilecek dengesizlikler de dahil olmak üzere diğer gerekli bilgileri ve istenirse toksinin vücuttaki konumunu tanımlayabilirsiniz.

Bazı durumlarda, toksinleri enerjik olarak tedavi etmek yeterli olabilir ve vücut, kalan detoksifikasyon işlemini başka hiçbir yardıma ihtiyaç duymadan kendi başına halledebilir. Bu genellikle toksik yükün nispeten az olması ve vücudun organlarının iyi çalışması durumunda söz konusu olacaktır. Ancak diğer zamanlarda vücudun ekstra yardıma ihtiyacı olabilir ve bir detoksifikasyon ürünü veya temizliğe ihtiyaç duyulabilir.

EGZERSİZ: TOKSİNİN TANIMLANMASI

AŞAMA 1.

Şunu sorun: "Bende (veya sizde) şimdi bulunup yok edilebilecek bir toksin var mı?"

- **Cevabınız evet ise 2. Adıma geçin.**
- **Hayır ise daha sonra tekrar denemek isteyebilirsiniz.**

ADIM 2.

Henüz yapmadıysanız toksin türünü tanımlayın. Şunu sorun: "Toksin bu tablonun sol tarafında mı?" (bu bölümün başındaki toksinler tablosuna referansla)

- **Evet ise, sol taraftadır.**
- **Hayır ise sağ taraftadır.**

AŞAMA 3.

Belirlenen tarafın üst kısmından başlayarak şu soruyu sorun: "Bu bir ___ toksin mi?" Örneğin sağ tarafta olduğunu varsayalım. "Bu biyolojik bir toksin mi?" diye soracaksınız. Hayırsa o tarafa doğru devam edip "Bu bir uyuşturucu toksini mi?" diye sorarsınız. evet cevabını alacağınız yer.

Toksin türü belirlendikten sonra, toksin hakkında daha fazla bilgi edinmek için o bölüme bakın ve onu ortadan kaldırmak için egzersiz talimatlarını izleyin.

19
AĞIR METALLER

Ne yediğinize dikkat etmek, ne yediğinizi bilmeyi de içermelidir.

— MOKOKOMA MOKHONOANA

Ağır metaller vücuda kontamine yiyecekler, aşılar, kirli hava, su, kozmetik ürünleri ve daha fazlası yoluyla girebilir. Bazı metallerin eser miktarları yaşamı sürdürmek için gerekli olmasına rağmen çoğu ağır metalin insan vücuduna hiçbir faydası yoktur. Ağır metaller biriktiğinde dokulara aşırı derecede zarar verebilir ve metabolik süreçlere müdahale edebilir.

MERKÜR

AÇIKLAMA

En toksik ve yaygın olarak bulunan ağır metallerden biri cıvadır. Sadece radyoaktif plütonyumun cıvadan daha zehirli olduğu söyleniyor. Cıva pek çok şeyde bulunabilir ancak en büyük kaynaklar hava kirliliği, aşılar ve diş dolgularıdır.

Kömürle çalışan bitkiler atmosfere zehirli duman salıyor ve bu duman okyanus suyu tarafından emilip balıklar tarafından tüketiliyor. Daha büyük okyanus balıkları çok yüksek düzeyde cıva içerebilir çünkü cıva içeren daha küçük balıkları yerler ve vücutlarında birikir. Genel olarak balık büyüdükçe cıva seviyesi de artar.

Aşağıdaki hikayede Sandra, kirli kabuklu deniz hayvanlarından geride kalan zehirli enerjiyi temizleyebileceğini keşfetti.

Hepsi Enerji

Vücut Kodunu kullanmaya başladığım ilk yılda, kocam ve ben bir gece Tayland yemeği siparişi verdik ve yemeğim erişte, karides ve sebzeden oluşan tavada kızartmaydı. Yemeği yerken aklımın bir köşesinde karidesle ilgili rahatsız edici bir his vardı, sanki karides en iyisi değilmiş gibi. Ancak hiçbir zaman kabuklu deniz ürünleri sorunu yaşamadım ya da karides yemekten kaynaklanan bir sorun yaşamadım ve restoran kaliteli yemekler sunuyor, bu yüzden bu tuhaf düşüncemi görmezden geldim.

Akşam yemeğini bitirdikten kısa bir süre sonra üzerime başka bir şey giymeye karar verdim ve gömleğimi başımın üzerinden geçirdiğimde karnımın ve göğsümün her yerinin kırmızı noktalı döküntülerle kaplı olduğunu gördüm. Bundan dolayı herhangi bir tahriş hissetmedim, ancak çok belirgindi. Bunu kocama gösterdim, sonra aklıma Beden Yasası'nın bu konuda ne söylediğini öğrenme fikri geldi.

Kas testi yaptım ve buna neden olan tek bir dengesizlik buldum; toksinler, özellikle de ağır metaller. Toksini enerjisel olarak temizlemek için Beden Kodunu kullandım. İşe yarayıp yaramayacağını ve ne kadar süreceğini merak ederek yaklaşık on ila on beş dakika sonra gövdemi tekrar kontrol ettim ve kızarıklık büyük ölçüde kaybolmuştu; geriye sadece hafif bir ipucu kalmıştı. Değişikliği kocama gösterdim ve ona tek yaptığımın Vücut Kodu ile ağır metal toksin enerjisini serbest bırakmak olduğunu söyledim ve o da şaşırdı. Bunun Beden Kurallarının ne kadar etkili olabileceğine dair şimdiye kadar gördüğü en iyi kanıt olduğunu söyledi.

- SANDRAYAPMAKNTARIO, CANADA

Yıllardır aşılarda cıva bulunuyordu ve bugün hâlâ bazı aşılarda bulunuyor. FDA'ya göre ağırlığının yaklaşık yüzde 50'si cıva olan timerosal, 1930'lardan bu yana aşılarda en yaygın kullanılan koruyuculardan biri.

Cıvaya maruz kalmanın en büyük kaynağı amalgam dolgulardır. İnsanlara büyük bir hastalık teşhisi konan ancak amalgam dolgularının çıkarılmasıyla sağlıklarının çarpıcı biçimde düzeldiği birkaç vaka gördüm. Amalgam dolgular her zaman doğru ekipmana ve uzmanlığa sahip bir diş hekimi tarafından çıkarılmalıdır, çünkü bir diş hekimi eski dolguyu deldiğinde

Cıva dolguları, cıva buharı bulutları açığa çıkar ve vücuda geri solunabilir.

Amalgam dolguları aldırmayı düşünüyorsanız çok dikkatli olmanız gerekir. Araştırmanızı yapın ve işlem sırasında mümkün olan her türlü önlemi uygulayan deneyimli bir diş hekimi uzmanı bulun. Diş barajı, burun solunum sistemi ve hava temizleyici dahil olmak üzere prosedür için doğru donanıma sahip olup olmadıklarını sorun. Diş barajı, sizi herhangi bir cıva parçasını yutmaktan koruyan kauçuk bir bariyerdir. Nazal solunum sistemi toksik cıva buharını solumanızı engeller. Amalgam dolguyu düzgün bir şekilde çıkarmamanın tehlikeleri konusunda ilk elden deneyimim var.

CİVA HİKAYEM

Yıllar önce, cıvanın ne kadar tehlikeli olduğunu öğrenmeden önce dişçiye gidip amalgam dolgunun çıkarılmasını istemiştim. Doldurmanın büyük bir sorun olmadığını düşündü ama yine de değiştirilmesini istedim. Bu yüzden devam etti ve sadece bir cıva dolgusunu deldi ve onu beyaz bir kompozit dolguyla değiştirdi. İşlemden sonra kendimi iyi hissettim, eve gittim, ön kapıdan girdim, yatak odama gitmek için merdivenleri çıktım ama merdivenlerin tepesine ulaştığımda ani bir yorgunluktan yere yığıldım.

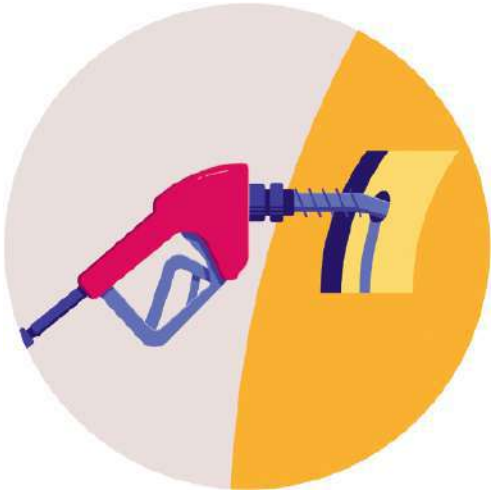
Ertesi gün sağ işaret parmağımda siyah bir büyüme belirdi ve çok hızlı büyüdü. Sonuçta cerrahi olarak çıkarılması gereken bir maligniteydi. Bu deneyimlenmesi garip bir şeydi ve daha sonra yapılan kas testleri bunun doğrudan cıva buharına maruz kalmamdan kaynaklandığını ortaya çıkardı.

Cıva vücutta kalabilir ve protein moleküllerinin oluşumuna müdahale ederek normal sağlık için gerekli olan enzimlerin ve diğer proteinlerin oluşturulmasını zorlaştırır. Güvenli bir cıva seviyesi yoktur.

YOL GÖSTERMEK

AÇIKLAMA

1970'lerde veya daha önce doğmuşsanız, her benzin istasyonundaki her benzin pompasında şöyle bir tabela bulunduğunu hatırlarsınız:OLARAK KULLANILMAK İÇİN YALNIZCA MOTOR YAKITI—KURŞUN İÇERİR.



Kurşunlu benzin 1920'lerden 1980'lere kadar yaygındı. Kurşun, motorun daha düzgün çalışmasına yardımcı olduğu için benzine karıştırılacak önemli bir bileşik olarak görülüyordu. Kurşunlu benzin hâlâ belirli ülkelerde ve tarihi arabaları kullanan ve bakımını yapan kişiler için sınırlı olarak kullanılmaktadır ve genel havacılıkta düşük kurşunlu benzin kullanılmaktadır. Kurşunlu benzinin yoğun olarak kullanıldığı dönemlerde milyonlarca ton kurşun egzoz şeklinde atmosfere salınıyordu. Sonuç olarak, sanayileşmiş dünyada pek çok insanın vücudunda artık yüksek kurşun içeriği bulunmaktadır.

Kurşun bazlı boya yapmak ve kullanmak bilinen bir tehlike olmasına rağmen, kurşun da binlerce yıldır boyanın bir bileşeni olmuştur. Aslında boya imalatçıları ve ressamlar sıklıkla felç ve sinir sistemi bozukluklarına yakalanıyorlardı. 1978'de Amerika Birleşik Devletleri'nde yasaklanmış olmasına rağmen, dünyanın büyük bir kısmı hala kurşun bazlı boya üretmekte ve satmaktadır. Pek çok yerde artık kurşun bazlı boya kullanılmasa da eski boya parçacıkları ve binalardan ve oyuncaklardan kaynaklanan tozlar tehdit oluşturuyor. Eski boya parçacıklarının tatlı bir tada sahip olması ve çocukların genellikle tozlu zeminlerde bulunması nedeniyle çocuklar en fazla risk altındadır.

1900 ile 1950 yılları arasında Amerika'nın en büyük şehirlerinin çoğunda kurşun su boruları kuruldu; hatta bazı şehirler dayanıklılıklarından dolayı bu boruları zorunlu kıldı. Ve kurşun borular yetmiş beş ila yüz yıl dayanabildiği için kurşun boruların mirası bugün de yaşamaktadır. Ne yazık ki kurşunu göremez, koklayamaz veya tadamazsınız; dolayısıyla temiz su bile kurşunu içerebilir. Aşağıdaki hikayede, bir Beden Kuralı uygulayıcısı müşterisinin omuz ağrısının içme suyunda biriken kurşundan kaynaklandığını buldu.

Kurşun Toksinin Neden Olduğu Omuz Ağrısı

Bir müşterim, daha önce Duygu Şifresi'ni kullanarak çözdüğümüz omuz ağrısıyla ilgili daha fazla yardım almak için bana geldi. Bu oturumda daha sorunsuz gezinmeye yardımcı olmak için Body Code uygulamasını kullandım. Gövde Kodunu eklemeyi çok sevdim çünkü bu, iki sistemin birlikte çalışırken ne kadar bütünleyici olduğunu kanıtladı. Sadece omzunu rahatsız eden duygusal dengesizlikler değil, aynı zamanda fiziksel dengesizlikler de buldum. Kurşun borulardan kaynaklanan zehirli, ağır metal kurşun birikiminden muzdarip olduğunu öğrendik. Bunun vücudunu etkilemeye başladığı zamanı özellikle yakalayabildim ve bir de bak, bu onun ve ailesinin yeni bir eve taşındığı zamana denk geliyor!

Kurduğumuz bağlantılar çılgıncaydı ve ikimiz de bu deneyimden çok şey öğrendik. O zamandan beri onu kontrol ettim ve o zamandan beri omzunda kesinlikle daha fazla hareket olduğunu söyledi... Ona yardım etmek için harcadığım zaman ve çabalarım için çok minnettardı ve bu bana şüphesiz artık ihtiyacım olduğunu bildiğimi kanıtladı. bunu sadece kendim ve sevdiklerim için değil, aynı zamanda müşterilerime gerçek ve olumlu bir fark yaratmak için resmi olarak sunabilmek için kullandığım şifanın bir parçası haline getirmek.

- ARIELD., benDAHO, senNİTEDSTATES

Yüksek düzeyde kurşuna maruz kalma ciddi ve yaşamı tehdit edici olabilir. Vücudumuzdaki hücreler için kurşun, sağlıklı gelişim ve fonksiyon, güçlü kemikler ve dişler ve sağlıklı bir kardiyovasküler sistem için hayati önem taşıyan kalsiyum mineraline çok benzer. Sonuç olarak, emilen veya sindirilen kurşun vücudumuzda dolaşabilir ve kemiklerimizde, dişlerimizde, kanımızda, karaciğerimizde, böbreklerimizde ve beynimizde sorunlara neden olarak normal biyolojik fonksiyonu bozabilir.

KADMİYUM

AÇIKLAMA

Kadmiyum uzun süredir endüstriyel kullanımdadır ve madencilik ve eritme faaliyetlerinde, fosfatlı gübrelerde, pillerde ve kirlenmiş yiyecek ve içeceklerde bulunabilir. Tütün içmek büyük bir kaynaktır

Kadmiyuma maruz kalma ve tütün içenlerin, sigara içmeyenlere göre dört ila beş kat daha fazla kan kadmiyum konsantrasyonuna sahip olduğu bulunmuştur. Kadmiyum, sanatçıların boyalarında da kullanılan bilinen bir kanserojendir.

Kadmiyum vücuttan iyi bir şekilde atılamaz ve böbreklerde, karaciğerde ve testislerde birikme eğilimi gösterir. Az miktarda kadmiyum bile böbreğe, karaciğere ve kalbe zarar verebilir, kemikleri zayıflatabilir ve ağır vakalarda ölüme neden olabilir.

A, C, E vitaminleri ve selenyum, kadmiyumun birçok toksik etkisini önleyebilir veya azaltabilir.

ALÜMİNYUM

AÇIKLAMA

Alüminyum yerkabuğunda en çok bulunan metaldir. Alüminyum toksisitesi, genellikle endüstriyel atıklarla kirlenmiş bir ortamda yaşayan bir kişinin, vücuda yüksek düzeyde alüminyum alması veya soluması sonucu ortaya çıkar. Yediğimiz yiyeceklerden ve içtiğimiz sulardan da vücuda girebilir. Alüminyum, içme suyumuzun arıtılmasına yardımcı olmak için kullanılır ve işlenmiş gıdalara katkı maddesi olabilir.

Paketlenmiş sofra tuzu genellikle alüminyum içeren sodyum silikoalüminat içerir ve birçok pişirme karışımında ve kabartma tozlarında topaklanmayı önleyici madde olarak da kullanılır. Etiketleri okumaya başlarsanız, görünüşte zararsız olan günlük ürünlerde ne kadar çok alüminyum kaynağının bulunduğunu görünce şaşıracaksınız.

Alüminyum, deodorantlar, antiasitler, kozmetikler ve pişirme aletleri gibi diğer birçok üründe de mevcuttur. Alüminyum tencerelerin uzun süre kullanılması önerilmez.

Alüminyuma aşırı maruz kalmak beyin hasarına, Alzheimer hastalığına, Crohn hastalığına ve anemiye neden olabilir. İsterseniz

beyninizi genç tutun, mümkün olduğu kadar çok alüminyum kaynağını ortadan kaldırmaya çalışın.

O HALA SADECE ENERJİ

Evrendeki her şeyin sonuçta enerjiden oluştuğunu akılda tutarsak, ağır metalleri bile enerji olarak ele almak mümkündür. Ağır metalleri bir enerji olarak ele almanın etkililiğinin, hem kendi inancınıza hem de deneğinizin inancına bağlı olduğunu lütfen anlayın. Atom altı parçacıkların davranışlarını gözlemcinin beklentilerine göre değiştirdiğini unutmayın. Ağır metaller atom altı parçacıklardan oluşur. Niyetiniz, birlikte çalıştığınız kişinin niyetiyle karışmış ve birleşmişse, bedeni ağır metallerden arındırmanın güçlü bir yolu olabilir.

EGZERSİZ: AĞIR METAL TOKSİNİ BULUN VE ORTADAN KALDIRIN

AŞAMA 1.

Şunu sorun: "Bende (veya sizde) şimdi bulup yok edebileceğimiz bir ağır metal toksini var mı?"

- **Cevabınız evet ise 2. Adıma geçin.**
- **Eğer hayırsa, hiç ağır metal toksisiteniz olmayabilir veya daha sonra tekrar denemeniz gerekebilir.**

ADIM 2.

(Şifre Çözme) Sorun: "Bu toksin hakkında daha fazla bilgiye ihtiyacımız var mı?"

- **Hayırsa Adım 3'e (İlişkilendirme) geçin.**
- **Cevabınız evet ise, aşağıdaki ayrıntılardan hangisinin tanımlanması gerektiğini görmek için kas testi yapın. Bazen tek gereken ağır metali tanımlamaktır. Test edebileceğiniz bazı yaygın ağır metaller bu bölümün başındaki tabloda listelenmiştir.**
- **Eğer bu tabloda toksini bulamazsanız, kullanabileceğiniz daha kapsamlı bir listeyi burada bulabilirsiniz:**

Titanyum	**Manganez**	**Nikel**
Molibden	**Altın**	
Vanadyum	**Demir**	**Bakır**
Gümüş	**Arsenik**	
Krom	**Kobalt**	**Çinko**
Kalay		

- **Belirli bir ağır metali tanımladıktan sonra 2. Adıma (Kod Çözme) dönün ve bilmeniz gereken daha fazla şey olup olmadığını sorun. Ağır metal hakkında daha fazla bilgiye ihtiyacınız yoksa 3. Adıma (İlişkilendirme) gidin, aksi takdirde aşağıdaki soruları sorabilirsiniz:**
  - **Şunu sorun: "Maruziyetin kaynağını bilmemiz gerekiyor mu?"**
  - **Şunu sorun: "Oluşma yaşını bilmemiz gerekiyor mu?"**

AŞAMA 3.

(İlişkilendirme) Şunu sorun: "Kodunun çözülmesi gereken ilişkili bir dengesizlik var mı?"

- **Hayır ise 4. Adıma (Niyet) geçin.**

- **Cevabınız evet ise, Vücut Kodu Haritasına geri dönün ve ilgili dengesizliklerin kodunu çözün ve adresleyin, ardından buraya geri dönün ve Adım 3 (İlişkilendirme) sorusunu tekrarlayın.**

ADIM 4.

(Niyet) Bu toksinin enerjisini vücuttan salıverme niyetini tutarken, bir mıknatısla veya elinizle yönetici meridyenin herhangi bir uzunluğu üzerinde üç kez kaydırın, aynı zamanda bedeni normal yoluyla toksini atmaya yönlendirin. eliminasyon kanalları.

ADIM 5.

Şunu sorun: "Bu ağır metal toksini biz mi saldık?"

- **Cevabınız evet ise, 1. Adımdan başlayabilir ve başka bir ağır metal toksini bulmak için işlemi tekrarlayabilirsiniz.**
- **Hayırsa, yeniden odaklanın, yardım için dua edin, kalbinizin bunun işe yarayacağına dair sevgi ve şükran hissetmesine izin verin ve niyetle bir kez daha üç kez kaydırın.**

TOKSİNLERLE BAŞA ÇIKMAK İÇİN FAYDALI İPUÇLARI

Detoksifikasyon sürecini tamamlamak için fiziksel desteğin gerekli olabileceğini unutmamak önemlidir. Ağır metallerin vücuttan detoksifikasyonu hakkında daha fazla bilgi için bir sağlık uzmanına görünmenizi tavsiye ettim.

Sağduyunuzu ve sağduyunuzu kullanarak mümkünse gelecekte bu toksinden kaçının.

20
BİYOLOJİK ZEHİRLER

İnsan vücudunun asla üstesinden gelemeyeceğiniz şeylerin üstesinden gelebileceği anlar vardır.

beklemek.

- ANDRES INİESTA

Biyolojik zehirler, bakteri, mantar gibi tek hücreli organizmaların yanı sıra bitki, hayvan ve böcekler tarafından üretilen, organ, doku, hücre ve DNA'da yaralanma, hasar ve hatta ölüme yol açabilen maddelerdir.

AÇIKLAMA

Zehir, zehirlerin bir ısırık veya sokma yoluyla enjekte edilmesi, zehirlerin ise yutulması veya emilmesiyle zehirlerden ayrılan toksik bir salgıdır.

Zehirler genellikle biyolojik etkilerinden sorumlu olan farklı protein moleküllerinden oluşur. Örneğin yakın zamanda kral kobra zehirinin 113 farklı protein içerdiği keşfedildi.

ÖRÜMCEK ISIRMASINDAN HASTA OLDU

1988 yılında Kayropraktik Koleji'nden mezun olduktan sonra, bütünsel bir kayropraktik uzmanı olan Dr. Stan Flagg ile Kalispell'de çalışmak üzere Montana'ya taşındık.

Dr. Flagg çok yetenekli bir şifacıydı ve ondan bir şeyler öğrenebildiğim için kendimi şanslı hissettim. İş günlerimi ofiste onu takip ederek, notlar alarak ve hastalarına yardım etmek için yaptığı her şeyi anlamaya çalışarak geçiriyordum.

Bir Cuma öğleden sonra, birkaç aile üyesiyle birlikte bir kadın ofise geldi. Tekerlekli sandalyedeydi ve çok hasta olduğu belliydi. Bize yaklaşık üç haftadır hasta olduğunu ve o zamandan beri yürüyecek veya hareket edecek enerjisi olmadığı için tekerlekli sandalyede olduğunu söyledi.

Acil servise gitmişti ve durumu nedeniyle başka bir tıp doktoruna da gitmişti ama kimse onun sorununun ne olduğunu bilmiyor gibiydi. Biraz gizemliydi ama durumu bana ağır geldi. Ölüyormuş gibi görünüyordu. Yüzü çok solgundu, cildi nemliydi, gözleri çökmüştü ve bize acıdan perişan olmadığı tek zamanın çok sıcak su dolu bir küvette olduğu zamanlar olduğunu söyledi. dedi ki

bununla ilgili tek sorun, ailesinin birden fazla üyesinin küvetten çıkmasına yardım etmesiydi çünkü kesinlikle kendi başına çıkma yeteneği yoktu.

Dr. Flagg onu muayene ederken notlar aldım ve ardından sorunun ne olduğunu belirlemek amacıyla kas testini kullandım. Doğrudan test edilemeyecek kadar zayıf olduğundan beni vekil olarak görevlendirdi. Bir elimi omzuna koydum ve diğer kolumu yere paralel olarak önümde tuttum. Vücudunun sorularına verdiği yanıtlar, kolumun hayır yanıtları için zayıf, evet yanıtları için güçlü olmasına neden olacaktı. Dr. Flagg'in bir cevap alması uzun sürmedi. "Hatırlayabildiğin bir örümcek tarafından mı ısırıldın?" diye sordu. Bir anlığına düşünmesi gerekti ama aniden şöyle dedi: “Evet, yaklaşık beş hafta önce bir örümcek tarafından ısırıldım. Bir süre şişti ama sonra geçti."

Dr. Flagg'in sorularına bilinçaltının kolumdan verdiği yanıtlara göre sorunun kaynağı örümcek zehiriydi. O sırada kullandığı enerjisel yöntemlerle zehri salıverdi ve bu seansın sonunda bilinçaltı bize yapacak başka bir şey kalmadığını gösterdi. Aile üyeleri onu tekerlekli sandalyeyle ofisten dışarı çıkardı ve ben ona ne olacağını merak ediyordum.

Uzun zaman önce o Cuma öğleden sonra son hastamızdı. Ertesi Pazartesi sabahı her zamanki saatte ofise geldiğimde bekleme odasında oturan bir kadını fark ettim. Onunla konuşmaya başladım ve aniden şaşkına döndüm. Bu, birkaç gün önce tekerlekli sandalyede olan kadının aynısıydı; bir ayağı çukurdaymış gibi görünen kadındı. Artık tekerlekli sandalyeye ihtiyacı yoktu ve harika görünüyordu. Tamamen iyileşmişti ve o kadar minnettardı ki biz konuşurken onun gözyaşları serbestçe akıyordu, benimki de öyle.

Annelle'in aşağıdaki hikayede belirttiği gibi, Vücut Kodunu kullanırken düzeltilebilecek diğer dengesizliklere her zaman açık olun.

Arı Sokmasından Gözü Şaşı

Geçenlerde gözünün yakınına arı sokulmuş yirmi iki aylık küçük bir kız çocuğuyla çalıştım. Kısa bir süre sonra gözü içe doğru döndü ve şaşılık sorunu yarattı. Annesi çalıştıklarını söyledi

bir göz doktoruyla görüştüm ama aynı zamanda Beden Kodunu kullanmamı da istedi. Ailenin her iki tarafında da göz problemleri olduğunu söyledi.

Böylece, bu tatlı küçük kızdaki dengesizlikleri temizlemeye başladım ve babasından miras kalan, beş nesil öncesine dayanan bir miazma ve annesinden miras kalan, yedi nesil öncesine dayanan başka bir miazma buldum. Her ikisinin de bir şekilde gözlerle ilgisi vardı. Bir hafta içinde annesi, gözünün konumunda iyileşme gördüğünü bana bildirdi.

- ANELLED., VIRGINIA, senNİTEDSTATES

İnsanlar her zaman ısırıldıklarını veya sokulduklarını bilmezler. Bazen ısırık veya sokma ağrısızdır ve kurban tarafından fark edilmeyebilir, bu da daha sonra, bazen haftalar veya aylar sonra ortaya çıkan semptomlarla bağlantı kurmayı zorlaştırır.

EGZERSİZ: ZEHİRLİ BİR ZEHRİ BULUN VE TEDAVİ EDİN

AŞAMA 1.

Şunu sorun: "Bende (veya sizde) şimdi bulup yok edebileceğimiz bir zehir var mı?"

- **Cevabınız evet ise 2. Adıma geçin.**
- **Cevabınız hayırsa, elinizde hiç zehir toksini olmayabilir veya şu anda giderilemeyen bir toksin olabilir, bu nedenle daha sonra tekrar denemek isteyebilirsiniz.**

ADIM 2.

(Şifre Çözme) Sorun: "Bu zehir hakkında daha fazla bilgiye ihtiyacımız var mı?"

- **Hayırsa Adım 3'e (İlişkilendirme) geçin.**
- **Cevabınız evet ise, aşağıdaki ayrıntılardan hangisinin tanımlanması gerektiğini görmek için kas testi yapın. Bazen tek gereken zehirin kaynağını belirlemektir. Bazı yaygın zehir kaynakları bu tabloda listelenmiştir:**

SÜRÜNGENLER VE KURBANLAR	ARAKNİDLER	BÖCEKLER
Yılanlar	Örümcekler	**Arılar**
Kurbağalar	**Keneler**	**eşekarısı**
	Akrepler	Karıncalar

- **Belirli bir zehir kaynağını belirledikten sonra 2. Adıma (Kod Çözme) dönün ve bilmeniz gereken daha fazla şey olup olmadığını sorun. Zehir hakkında daha fazla bilgiye ihtiyacınız yoksa 3. Adıma (İlişkilendirme) gidin, aksi takdirde aşağıdaki soruları sorabilirsiniz. Bu sorulardan herhangi birinin cevabı belirlendikten sonra 2. Adıma (Kod Çözme) dönün.**
  - **Şunu sorun: "Oluşma yaşını bilmemiz gerekiyor mu?"**
  - **Şunu sorun: "Bu enerjinin bedendeki yerini bilmemiz gerekiyor mu?"**

Cevabınız evet ise, bunu tespit etmek için bir eleme süreci kullanmak faydalı olabilir. Örneğin, bedeni ikiye bölün ve enerjinin bedenin alt yarısında mı yoksa üst yarısında mı toplandığını sorun.

yarım. Bedeni soldan sağa bölün ve enerjinin bedenin sol yarısında mı yoksa sağ yarısında mı toplandığını sorun. Bu şekilde bölmeye devam edin ve zehirin vücutta yerleştiği yeri belirleyene kadar sormaya devam edin, ardından 2. Adıma (Kod Çözme) dönün.

AŞAMA 3.

(İlişkilendirme) Şunu sorun: "Kodunun çözülmesi gereken ilişkili bir dengesizlik var mı?"

- **Hayır ise 4. Adıma (Niyet) geçin.**
- **Cevabınız evet ise, Vücut Kodu Haritasına geri dönün ve ilgili dengesizliklerin kodunu çözün ve adresleyin, ardından buraya geri dönün ve Adım 3 (İlişkilendirme) sorusunu tekrarlayın.**

ADIM 4.

(Niyet) Bir mıknatısla veya elinizle yönetici meridyenin herhangi bir uzunluğu üzerinde üç kez kaydırın, bu zehrin enerjisini vücuttan salıvermeye niyet edin, aynı zamanda bedeni toksini normal yoluyla uzaklaştırmaya yönlendirin. eliminasyon kanalları.

ADIM 5.

Şunu sorun: "O zehirli toksini biz mi saldık?"

- **Cevabınız evet ise, 1. Adımdan başlayabilir ve başka bir zehir toksini bulmak için işlemi tekrarlayabilirsiniz.**
- **Hayırsa, yeniden odaklanın, yardım için dua edin, kalbinizin bunun işe yarayacağına dair sevgi ve şükran hissetmesine izin verin ve niyetle bir kez daha üç kez kaydırın.**

ZEHİR TOKSİNLERİYLE BAŞA ÇIKMAK İÇİN FAYDALI İPUÇLARI

Toksinler fiziksel formda olabileceği gibi görünmez, enerjik formda da mevcut olabilir. Enerjisel toksinler, muhtemelen enerji bedeninin dengesizliği nedeniyle işlenemeyen titreşim frekanslarıdır. Yaşamınızın herhangi bir anında veya noktasında vücudunuzda bir zehir toksin enerjisi bulunabilir.

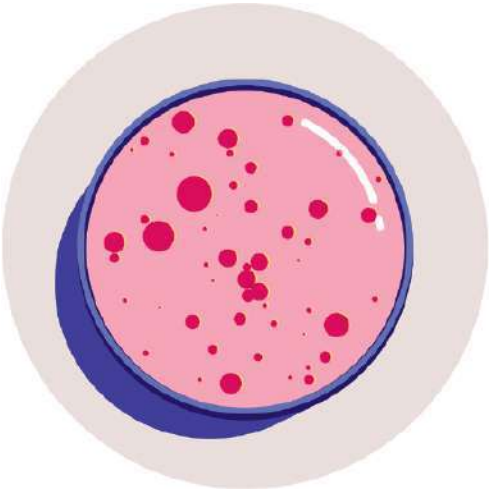
Yine zehrin şiddetine göre detoksifikasyon sürecini tamamlamak için fiziksel destek gerekebilir. Şüphe duyduğunuzda, zehirin vücuttan arındırılması hakkında daha fazla bilgi için bir sağlık uzmanına başvurun.

MİKROBİYAL TOKSİNLER

AÇIKLAMA

Bazı patojenler kendi metabolizmalarının ve vücuttaki varlıklarının yan ürünleri olarak toksinler oluşturur. Örneğin parazitler sıklıkla eklem ve kas rahatsızlıklarına neden olan ürik asit üretir. Ayrıca patojenler öldüğünde, ölme belirtilerine ve hastalığa neden olan ek toksinler salgılarlar. Mikrobiyal

toksinler, konakçı dokulara doğrudan zarar vererek ve bağışıklık sistemini devre dışı bırakarak enfeksiyon ve hastalığı teşvik eder.



GIDA ZEHİRLENMESİ

Dr. Flagg'la çalışırken yaşadığım bir başka unutulmaz deneyim de gıda zehirlenmesiydi; benimki.

Bir gün öğle yemeğinden hemen sonra kendimi hasta hissetmeye başladım. Hayatımda daha önce birkaç kez gıda zehirlenmesi yaşadım ve bu bana tanıdık geldi. Ateşim vardı, hafif başım dönüyordu ve uğursuz bir mide bulantısı ve karın rahatsızlığı hissi hızla artıyordu. Başım dertteydi ve bunu biliyordum. Dr. Flagg'e eve gidip günün geri kalanında ve belki bir iki gün sonra da izin almam gerektiğini söyledim.

Bu ani hastalığın nedenini biliyordum. Öğle yemeğinde aptalca arabamda bulunan balıklı sandviçi yemiştim. Onu yediğimde bundan kurtulabileceğimi düşündüm. Arabada biraz fazla kaldığını biliyordum ama tadı güzeldi ve sorun olmayacağını düşündüm. Ama artık kararımdan pişmanlık duyuyordum.

Dr. Flagg bana baktı ve sorunun ne olduğunu sordu. Öğle yemeğinde ne yediğimi ve her geçen gün daha da kötüleşen nasıl hissettiğimi anlattıktan sonra yüzü aydınlandı ve "O halde, hadi tedavi edelim!" dedi.

O benim üzerimde çalışırken aniden ayaklarımdan vücuduma doğru enerjinin yükseldiğini hissettim. O anda hastalık ortadan kalktı. Değişim o kadar dramatikti ki kahkahalara boğuldum ve Dr. Flagg'e şöyle dedim: "Tamam! Hadi işimize geri dönelim!”

Yıllar sonra bunun benim için, gıda zehirlenmesi sonucu oluşan mikrobiyal toksinlerin bile nasıl bir enerji olarak değerlendirilip hemen serbest bırakılabileceğine dair ne kadar harika bir örnek olduğunu fark ettim.

EGZERSİZ: MİKROBİYAL TOKSİNİ BULUN VE ORTADAN KALDIRIN

AŞAMA 1.

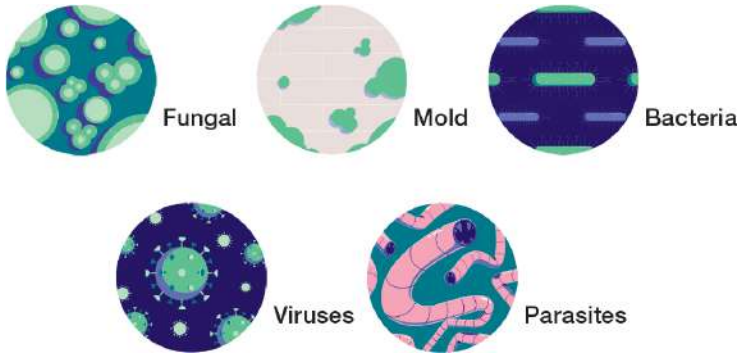
Şunu sorun: "Şimdi bulup yok edebileceğimiz bir mikrobiyal toksin var mı?"

- **Cevabınız evet ise 2. Adıma geçin.**
- **Hayırsa, elinizde hiç mikrobiyal toksin olmayabilir veya şu anda giderilemeyen bir toksin olabilir, bu nedenle daha sonra tekrar denemek isteyebilirsiniz.**

ADIM 2.

Şunu sorun: "Bu toksin hakkında daha fazla bilgiye ihtiyacımız var mı?"

- **Hayırsa Adım 3'e (İlişkilendirme) geçin.**
- **Cevabınız evet ise, aşağıdaki ayrıntılardan hangisinin tanımlanması gerektiğini görmek için kas testi yapın. Bazen tek gereken toksinin kaynağını belirlemektir. Bazı yaygın kaynaklar bu tabloda listelenmiştir:**



- **Mikrobiyal toksinin belirli bir kaynağını belirledikten sonra 2. Adıma (Kod Çözme) dönün ve bilmeniz gereken daha fazla şey olup olmadığını sorun. Toksin hakkında daha fazla bilgiye ihtiyacınız yoksa Adım 3'e (İlişkilendirme) gidin, aksi takdirde aşağıdaki soruları sorabilirsiniz:**
  - **Şunu sorun: "Oluşma yaşını bilmemiz gerekiyor mu?"**
  - **Şunu sorun: "Bu enerjinin bedendeki yerini bilmemiz gerekiyor mu?"**

Cevabınız evet ise, bunu tespit etmek için bir eleme süreci kullanmak faydalı olabilir. Örneğin, bedeni ikiye bölün ve toksinin vücudun alt yarısında mı yoksa üst yarısında mı kaldığını sorun. Vücudu soldan sağa bölün ve toksinin vücudun sol yarısında mı yoksa sağ yarısında mı bulunduğunu sorun. Bu şekilde bölmeye devam edin ve toksinin vücutta yerleştiği yeri belirleyene kadar sormaya devam edin, ardından Adım 2'ye (Kod Çözme) dönün.

AŞAMA 3.

(İlişkilendirme) Şunu sorun: "Kodunun çözülmesi gereken ilişkili bir dengesizlik var mı?"

- **Hayır ise 4. Adıma (Niyet) geçin.**
- **Cevabınız evet ise, Vücut Kodu Haritasına geri dönün ve ilgili dengesizliklerin kodunu çözün ve giderin, ardından buraya geri dönün ve 3. Adım sorusunu tekrarlayın.**

ADIM 4.

(Niyet) Bu toksinin enerjisini vücuttan salıverme niyetini tutarken, bir mıknatısla veya elinizle yönetici meridyenin herhangi bir uzunluğu üzerinde üç kez kaydırın, aynı zamanda bedeni normal yoluyla toksini atmaya yönlendirin. eliminasyon kanalları.

ADIM 5.

Şunu sorun: "Bu mikrobiyal toksini biz mi saldık?"

- **Cevabınız evet ise, 1. Adımdan başlayabilir ve başka bir mikrobiyal toksin bulmak için işlemi tekrarlayabilirsiniz.**
- **Hayırsa, yeniden odaklanın, yardım için dua edin, kalbinizin bunun işe yarayacağına dair sevgi ve şükran hissetmesine izin verin ve niyetle bir kez daha üç kez kaydırın.**

MİKROBİYALLERLE BAŞA ÇIKMAK İÇİN FAYDALI İPUÇLARI

TOKSİNLER

Mikrobiyal toksinler, yorgunluk, iltihaplanma, hormonal dengesizlik ve ruh hali değişimleri dahil olmak üzere her türlü semptomu yaratabilir. Sindirim sisteminiz, akciğerleriniz ve cildiniz yoluyla bunlara maruz kalabilirsiniz. Bu toksinlerden mümkün olduğunca nasıl kaçınacağımızı öğrenerek bunları azaltabiliriz.

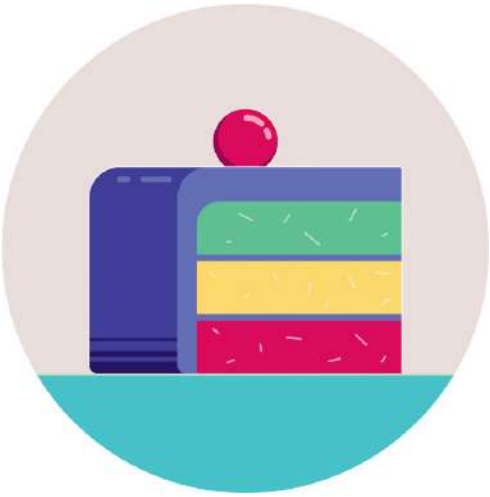
Stresi azaltarak, iyi hijyen sağlayarak ve patojenleri vücuda yerleşmeden önce bulup ortadan kaldırmak için Beden Kodunu kullanarak mikrobiyal toksinlere daha iyi direnmek için güçlü bir bağışıklık sistemi oluşturabilirsiniz.

21

GIDA TOKSİNLERİ

Yiyeceklerin beslenme sağladığı varsayılır; ama Amerikalılar onu küçük olduğunun tamamen bilincinde olarak yiyorlar
Görünümünü iyileştirmek ve etkisini geciktirmek için bir miktar zehir eklenmiştir.
çürüme.

— JOHN CAGE



Sanayileşmiş ülkelerde tüketilen gıdaların çoğu çeşitli şekillerde değiştirilmektedir. Bu bir bakıma iyi bir şey. Yapay tatlandırıcılar ve renklendiriciler eklenmeseydi, insanların yediği pek çok şey iştah açıcı olmazdı ve grinin çeşitli tonlarında görünürdü. Ne yazık ki gıdanın kendisi, MSG gibi lezzet arttırıcılar, yapay tatlandırıcılar, koruyucular, nemlendiriciler, pestisitler, herbisitler ve daha fazlası dahil olmak üzere her türlü gıda toksininin eklenmesiyle sanayileşti.

LEZZET ARTIRICILAR

AÇIKLAMA

Aroma arttırıcılar gıdanın lezzetini arttırır ve insanlar için önemli bir toksisite kaynağıdır.

MSG

Monosodyum glutamat veya MSG, ticari olarak geliştirilen ilk lezzet arttırıcıdır ve çok sayıda farklı isimle gizlenmiş çok çeşitli gıdalarda mevcuttur. Dikkat edilmesi gereken en yaygın kod sözcükleri “glutamat”, “hidrolize”, “otolize” ve “modifiye”dir. Bunların hepsi, aynı şekilde toksik olan ve MSG'ye duyarlı kişilerde aynı fiziksel reaksiyonları üreten MSG bileşiklerinin isimleridir.

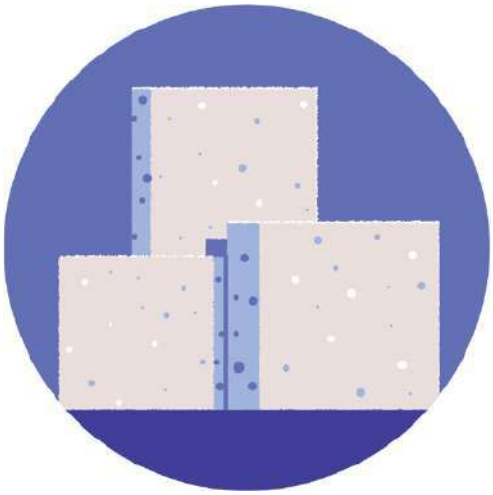
Baş ağrısı, kas gerginliği, yorgunluk ve mide bulantısı gibi semptomları içeren “Çin restoranı sendromu”nu duymuş olabilirsiniz.

MSG içeren bir yemeğin ardından. Çoğu insan MSG'ye duyarlı olduklarının farkında bile değil. Bu semptomların nedeni MSG'nin eksitotoksin olarak sınıflandırılmasıdır, bu da sinirleri bitkinlik noktasına kadar uyarabileceği anlamına gelir. MSG bağımlılık yapma eğilimindedir, ruh halini etkiler ve kilo alımına neden olur. Hatta laboratuvarda obezite üzerine çalışan bilim insanları, farelere MSG vererek obez fareler yaratıyor. Bu hayvanlara "MSG ile tedavi edilen kemirgenler" denir. MSG'den mümkün olduğunca kaçınılmalıdır.

TATLANDIRICILAR

AÇIKLAMA

Tatlandırıcılar konusu kafa karıştırıcı olabilir çünkü terminoloji çoğu zaman yoruma açıktır. Bazı üreticiler, tamamen sentetik yapıda olmalarına rağmen tatlandırıcılarını "doğal" olarak pazarlayacaklardır.



Yiyecek ve içeceklerde en yaygın kullanılan iki tatlandırıcı aspartam ve şekerdir.

YAPAY TATLANDIRICILAR

Yapay tatlandırıcılar sentetik şeker ikameleridir. Yapay tatlandırıcılar için asesülfam potasyum, aspartam, maltitol, sakarin, sukraloz ve sorbitol gibi birçok farklı isim vardır. Bazıları daha doğal tarafta olsa da, örneğin stevia ve

eritritol, bunların bile yan etkileri var. Tüm yapay tatlandırıcılar arasında en tehlikelisi aspartamdır.

aspartam

Aspartam sakızda, diyet yiyecek ve içeceklerde bulunabilen çok zehirli bir maddedir. Equal ve NutraSweet markaları altında şeker ikamesi olarak pazarlanmaktadır. Aspartam bir eksitotoksindir ve yutulduğunda baş ağrılarına, karın ağrılarına ve zihinsel bozukluklar ve bilişsel işlev bozuklukları dahil olmak üzere diğer sorunların uzun bir listesine neden olabilir. Karıncaları öldürmek için bir böcek ilacı olarak işe yarar, muhtemelen bundan kaçınmanız gerektiğinin bir işaretidir. Aspartam şu anda dokuz binin üzerinde farklı üründe bulunuyor ve bu sayı giderek artıyor. Şekerden daha ucuz, şekerden iki yüz kat daha tatlıdır. Ancak aspartam vücutta parçalanarak formaldehit ve metanole dönüşür; bunlar aslında çok toksik iki bileşiktir.

★ ★ ★

Lauren tedavi için ofisime geldiğinde otuz sekiz yaşındaydı. Gördüğüm en şiddetli kronik yorgunluk sendromu vakasına sahipti. Kendisi ofisime gelemeyecek kadar bitkindi. Bunun yerine, babası onu arabayla götürüyordu ve personelim onları hemen bekleme odasından, uzanabileceği bir masanın bulunduğu boş bir odaya götürüyordu.

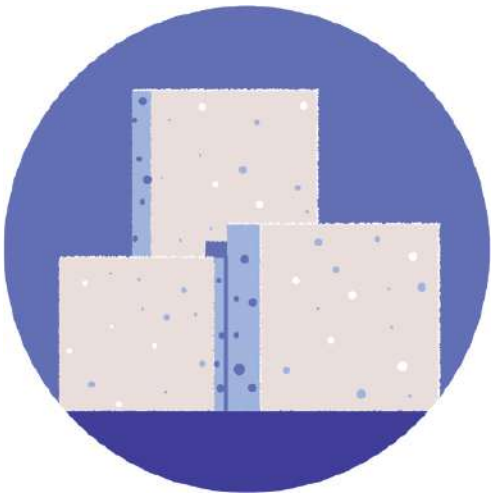
Yanında beyninin yüzeyinde koyu lekeler gösteren bir beyin taraması getirdi. Onunla çalışmaya başladım ve çok geçmeden bilinçaltı, Beden Kodu aracılığıyla bizi çok önemli bir bulguya yönlendirdi. Beynindeki koyu lekelerin nedeni bir şekilde formaldehitle bağlantılıydı. Formaldehit zehirlenmesinden acı çekiyordu. Ona, "Hayatında formaldehite maruz kaldığın bir zamanı hatırlıyor musun?" diye sordum. Biraz düşündü ve "Hayır, pek değil" diye yanıtladı. Genellikle formaldehit içinde saklanan kadavralar üzerinde hiçbir zaman diseksiyon yapmadığını söyledi. Diğer birkaç olası kaynağı da tükettik. Strafor kapların eser miktarda formaldehit yaydığını duyduğumdan, bunları hayatında çok kullanıp kullanmadığını sordum. “Evet, evet” dedi. Uzun yıllar boyunca gezici bir satıcıydım ve sık sık yollardaydım. Elbette bir sürü Strafor bardaktan içtim. Bu formaldehit toksinin kaynağının bu olduğunu mu düşünüyorsun?” Bunun pek olası olduğunu gerçekten düşünmüyordum.

Daha sonra ona "Hiç yapay tatlandırıcı kullanıyor musun?" diye sordum. O, “O günlerde NutraSweet bağımlısıydım. Çok fazla kahve içiyordum ve her fincanda yaklaşık bir çorba kaşığı, hatta bazen daha da fazlasını kullanıyordum. Onun tatlı tadını seviyorum.” Biraz daha yapılan testler formaldehit zehirlenmesinin kaynağının bu olduğunu ortaya çıkardı. NutraSweet, aspartamın ticari adıdır ve araştırma çalışmaları, aspartamın metabolize edilirken formaldehite parçalandığını doğrulamıştır.

Lauren aspartam kullanmayı hemen bıraktı ve bu onun için uzun, yavaş bir iyileşme döneminin başlangıcıydı.

ŞEKER

Şeker son derece bağımlılık yapıcıdır, bu da onu en çok kullanılan gıda katkı maddesi ve en sık sindirilen toksin haline getirir. Doğal ve rafine edilmemiş haliyle meyvelerde, tahıllarda ve süt ürünlerinde bulunan şeker oldukça iyi bir şekilde metabolize edilebilir. Sorun şu ki, günümüzde rafine şeker her yerde ve neredeyse her işlenmiş gıdada bulunuyor. Çoğu insan vücudun işleyemeyeceği kadar fazla şeker tüketir, bu da kilo alımına, ruh hali bozukluklarına ve pankreasın aşırı yüklenmesine neden olur ve bu da sonunda diyabete yol açabilir.



Aşırı şeker ayrıca bağ dokusunu zayıflatır (çatlakları düşünün), yaşlanma sürecini hızlandırır ve zararlı serbest radikallerin oluşumuna yardımcı olur. İşlenmiş şekerlerin aşırı tüketimi birçok kronik hastalığa büyük katkıda bulunur. Şekerin ve vücut üzerindeki etkilerinin derinlemesine analizini istiyorsanız,*Şeker Şoku!*Connie Bennett tarafından ve*Şeker Blues*William Duffy'nin yazdığı bu kitap, şekerin gerçekte ne kadar zararlı olduğuna dair gözlerinizi açacak. Beden Kuralı uygulayıcılarımızdan biri, şekerin ne kadar bağımlılık yapıcı olabileceğine dair bir müşteri öyküsünü paylaşıyor.

Şeker Bağımlılığı Bitti

Ciddi bir tatlı bağımlılığım vardı. Uzun yıllar kahvaltım bir kalıp çikolata ya da bir parça cheesecake'ten ibaretti. İyi günlerimde, sağlıklı beslenmek istediğimde üzerine bol Nutella katılmış tostlar yapardım. Çayıma on beş kaşık şeker katardım. Bu bağımlılıktan o kadar utanıyordum ki kafeteryadan çayımı alıyor, sonra ofisime gidip orada sakladığım poşetten şekeri ekliyordum.

Beden Kodu uygulayıcım Kal ile Kalp Duvarımı temizlemek için çalışırken birdenbire artık şeker isteği duymaz oldum. Şimdi sağlıklı bir kahvaltının tadını çıkarıyorum (meyve, peynir, yumurta vb.). Bir fincan çaya on beş kaşık dolusu şekeri nasıl içebildiğimi anlamıyorum! Eğer bunu şimdi yapsaydım kusardım. Artık çayıma şeker yerine bir kaşık bal ekliyorum, tadı harika! Sadece bu da değil, küçük bir parça çikolatadan fazlasını yediğimde kendimi sanki

kusmak. Yani vücudumun artık buna gerçekten ihtiyacı yok. Bir gün hastalığımdan iyileşeceğimi hiç hayal etmedim. çikolata/şeker/tatlı bağımlılığı. Duygu Şifresini kullanarak iyileşmeme yardım ettiği için uygulayıcım Kal'a çok minnettarım. Ve keşfiniz için teşekkürler Dr. Nelson.

- SGÖNDERENKHALİDY., N.EWEORK, senNİTEDSTATES

KORUYUCULAR

AÇIKLAMA

Koruyucu maddeler gıdaların raf ömrünü uzatmak ve bozulmayı önlemek için kullanılır. Toksiktirler ve normal metabolik süreçlere müdahale ederek anormal hücrelerin oluşmasına neden olabilirler.

Bir gıda koruyucu maddesinin bir örneği, işlenmiş gıdalarda ve içeceklerde raf ömrünü uzatmak için kullanılan sodyum benzoattır. Amerika Birleşik Devletleri Gıda ve İlaç İdaresi tarafından "genel olarak güvenli" (GRAS) olarak kabul edilmesine rağmen, sodyum benzoat, C vitamini varlığında, özellikle lösemi ve diğer kan kanserleriyle bağlantılı, kansere neden olan bir kimyasal olan benzen oluşturabilir.

GDO'LU GIDALAR

AÇIKLAMA

GDO, “genetiği değiştirilmiş organizma” anlamına gelir. Muhtemelen sizin de bildiğiniz gibi, modern bilim insanları domates, mısır, buğday vb. yiyeceklerin DNA'sını böceklerden, zehirli bitkilerden vb. gelen DNA da dahil olmak üzere her türlü diğer DNA ile birleştiriyorlar. Bu konuyla ilgili en iyi belgesellerden biri şu: isminde *Genetik Rulet*; Daha fazla bilgi için GeneticRouletteMovie.com'a bakın.

Amerika Birleşik Devletleri'nde yetiştirilen soya fasulyesinin yaklaşık yüzde 90'ı ve mısırın yüzde 70'i, Roundup Ready etiketi altında genetiği değiştirilmiş olup bunun yıllık 1,8 milyon tonu Amerika Birleşik Devletleri'nde tüketilmektedir.*[6] Bazı çalışmalar Roundup'ın yanı sıra genetiği değiştirilmiş Roundup Ready bitkilerinin zehirli olduğunu ve doğum kusurlarına ve enerji kaybı, otoimmün hastalık ve daha fazlası dahil olmak üzere diğer ciddi sorunlara yol açabileceğini öne sürüyor.

TARIM İLACI

Pestisitler, böceklerin satılmadan önce ürünlere zarar vermesini önlemek için meyve ve sebzelerin üzerine püskürtülen kimyasallardır. Bu kimyasallar vücuda oldukça zararlıdır. Yalnızca Amerika Birleşik Devletleri'ndeki endüstriyel tarım endüstrisinde her yıl 850 milyon poundun üzerinde pestisit kullanılıyor.

GIDA BOYASI

AÇIKLAMA

Portakal ve somon gibi yaygın olarak kullanılan yiyeceklerin çoğu, daha "lezzetli" görünmeleri için aslında boyanır. Bunun yapılmasının nedeni, yiyeceğin doğal renk değişiminin iştah açıcı olmamasıdır. Gıda boyaları genellikle zehirlidir ve uzun süre dayanır.

Dikkat Eksikliği Bozukluğu (ADD), Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB) ve otizm spektrum bozukluğu gibi davranış bozukluklarının ağırlaşmasında rol oynadığı gösterilmiştir. Ayrıca baş ağrıları, karın ağrıları, sinirlilik ve daha fazlası gibi toksinle ilgili tipik sorunlara da neden olabilirler.

EKLEYİN VE MEYVE ATIŞTIRMALIKLARI

Oğlunda dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu veya DEHB ve otizm belirtileri de dahil olmak üzere ciddi davranış bozuklukları olan bir müşteri üzerinde çalışıyordum. Semptomlarının altında yatan nedenleri bulabilecek miyiz diye oğluna test yapıp yapamayacağımı sordu. Beden Kodunu kullanarak, onun bilinçaltı zihni tarafından gıda boyası toksisitesine götürüldüm. Ona gıda boyası içerebilecek atıştırmalıklar verip vermediğini sordum. Bana şekeri minimumda tuttuğunu çünkü çok fazla alması onu üzdüğünü söyledi. Ama bana düzenli olarak sağlıklı olduğunu düşündüğü meyve atıştırmalıklarını verdiğini söyledi. Ondan eve gitmesini ve pakette gıda boyası olup olmadığını kontrol etmesini istedim. Tabii ki, o küçük meyveli atıştırmalık paketinde birden fazla yapay renk kullanılmıştı. Şaşırdı ve onu beslediği diğer her şeye bakmaya başladı; çoğunun gıda boyası içerdiğini buldu.

Birkaç ay sonra ona oğlunun nasıl olduğunu sordum. Birkaç hafta çok az yiyecek renkli atıştırmalıklar yedikten sonra kitap okumaya konsantre olabildiğini ve kısa bir televizyon programını izleyecek kadar uzun süre hareketsiz kalabildiğini söyledi. Yaklaşık bir ay sonra artık nöbet geçirmiyordu ve gerçekten de herhangi bir otizm veya DEHB belirtisi göstermiyordu. Gıda boyasının beyni nasıl etkilediği şaşırtıcı!

EGZERSİZ: BİR GIDA TOKSİNİ BULUN VE ORTADAN KALDIRIN

AŞAMA 1.

Şunu sorun: "Bende (veya sizde) şimdi bulup ortadan kaldırabileceğimiz bir gıda toksini var mı?"

- **Cevabınız evet ise 2. Adıma geçin.**
- **Cevabınız hayırsa, sizde hiç gıda toksini olmayabilir veya şu anda giderilemeyen bir toksin olabilir, bu nedenle daha sonra tekrar denemek isteyebilirsiniz.**

ADIM 2.

(Şifre Çözme) Sorun: "Bu toksin hakkında daha fazla bilgiye ihtiyacımız var mı?"

- **Hayırsa Adım 3'e (İlişkilendirme) geçin.**
- **Cevabınız evet ise, aşağıdaki ayrıntılardan hangisinin tanımlanması gerektiğini görmek için kas testi yapın. Bazen tek gereken toksinin kaynağını belirlemektir. Bazı yaygın kaynaklar bu bölümün başındaki tabloda listelenmiştir.**
- **Toksinin belirli bir kaynağını belirledikten sonra 2. Adıma (Kod Çözme) dönün ve bilmeniz gereken başka bir şey olup olmadığını sorun. Toksin hakkında daha fazla bilgiye ihtiyacınız yoksa Adım 3'e (İlişkilendirme) gidin, aksi takdirde aşağıdaki soruları sorabilirsiniz:**
  - **Şunu sorun: "Oluşma yaşını bilmemiz gerekiyor mu?"**
  - **Şunu sorun: "Bu enerjinin bedendeki yerini bilmemiz gerekiyor mu?"**

Cevabınız evet ise, bunu tespit etmek için bir eleme süreci kullanmak faydalı olabilir. Örneğin, bedeni ikiye bölün ve toksinin vücudun alt yarısında mı yoksa üst yarısında mı kaldığını sorun. Vücudu soldan sağa bölün ve toksinin vücudun sol yarısında mı yoksa sağ yarısında mı bulunduğunu sorun. Bu şekilde bölmeye devam edin ve toksinin vücutta yerleştiği yeri belirleyene kadar sormaya devam edin, ardından Adım 2'ye (Kod Çözme) dönün.

AŞAMA 3.

(İlişkilendirme) Şunu sorun: "Kodunun çözülmesi gereken ilişkili bir dengesizlik var mı?"

- **Hayır ise 4. Adıma (Niyet) geçin.**
- **Cevabınız evet ise, Vücut Kodu Haritasına geri dönün ve ilgili dengesizliklerin kodunu çözün ve adresleyin, ardından buraya geri dönün ve Adım 3 (İlişkilendirme) sorusunu tekrarlayın.**

ADIM 4.

(Niyet) Bu toksinin enerjisini vücuttan salıverme niyetini tutarken, bir mıknatısla veya elinizle yönetici meridyenin herhangi bir uzunluğu üzerinde üç kez kaydırın, aynı zamanda bedeni normal yoluyla toksini atmaya yönlendirin. eliminasyon kanalları.

ADIM 5.

Şunu sorun: "Bu gıda toksinini biz mi saldık?"

- **Cevabınız evet ise, 1. Adımdan başlayabilir ve başka bir gıda toksini bulmak için işlemi tekrarlayabilirsiniz.**
- **Hayırsa, yeniden odaklanın, yardım için dua edin, kalbinizin bunun işe yarayacağına dair sevgi ve şükran hissetmesine izin verin ve niyetle bir kez daha üç kez kaydırın.**

GIDA İLE BAŞA ÇIKMAK İÇİN FAYDALI İPUÇLARI

TOKSİNLER

Bazen toksin enerjileri, serbest bırakılması gereken tutsak kalmış duygular gibi dengesizliklerle ilişkili olabilir.

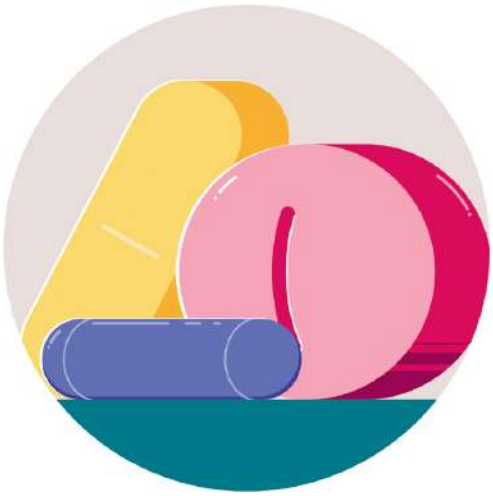
Mümkün olduğunda organik yiyecekler yemeye çalışın ve sukraloz ve aspartam gibi yapay tatlandırıcılardan kaçınarak şeker alımınızı düşük tutmak için elinizden geleni yapın. Mümkün olduğunda gelecekte gıda toksinlerinden kaçınmak için sağduyunuzu ve sağduyunuzu kullanın.

22

İLAÇ TOKSİNLERİ

İnsan vücudu kendi kendini düzenleyen bir organizmadır. Anlamı, iyileşmeye programlanmış kendisi. Haplar yalnızca semptomları maskeler ve bastırır. Tedavi içinizde yatıyor.

— THE MINDS DERGİSİ



İlaçlar semptomları bastırmak veya belirli bir etki elde etmek için kullanılır, ancak sıklıkla istenmeyen veya istenmeyen yan etkiler ortaya çıkar. Yan etkiler basitçe vücuttaki toksisitenin sonucudur ve cilt tahrişinden baş ağrısına, mide bulantısına ve hatta ölüme kadar uzanır.

Karaciğer ve böbrekler, detoksifikasyon organları oldukları için tıbbi toksinlere karşı özellikle hassastırlar. Bazı ilaçlar o kadar zehirlidir ki insanlar her hafta, hatta bazen her gün doktorlarına görünmek zorunda kalırlar, böylece karaciğer ve böbreklerin bozulmaya başlayıp başlamadığını görmek için test yapabilirler.

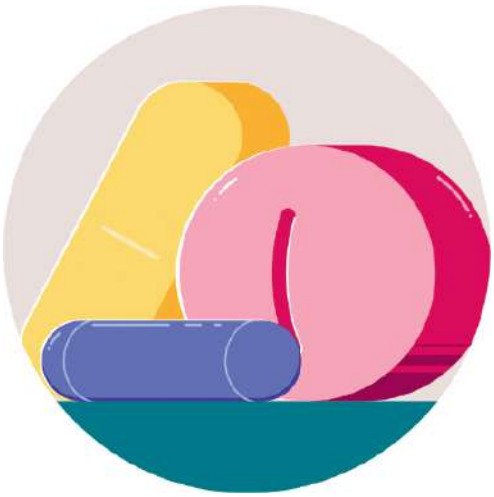
Milyonlarca insan, özellikle de yaşlılar, denenmemiş ilaçların tehlikeli kombinasyonlarını kullanıyor, ancak hâlâ kullanılıyorlar.

meydana gelebilecek olası komplikasyonlar hakkında tam bilgi sahibi olmadan her gün reçete edilir. Bir meslektaşımın çok güçlü bir ilaç kullanan bir hastası vardı; yan etkilerinden biri "tüylü dil" olarak bilinen sendromdu. İlaç aslında bu kişinin dilinin her yerinde kürk veya kılların oluşmasına neden oldu.

FARMASÖTİK İLAÇ TOKSİNLERİ

AÇIKLAMA

İlaçlar bazen gerekli ve uygun olabilir. Herhangi bir sorunuz veya endişeniz varsa veya herhangi bir ilacı değiştirmeden veya durdurmadan önce daima doktorunuzla konuşun. Bir kişinin ilacı almayı bırakıp bırakmaması gerektiğini veya ilaç dozajını ayarlaması gerektiğini belirlemek için kas testinin kullanılması, reçeteyi yazan doktor olmadığınız sürece tavsiye edilmez. Öte yandan, kullandığınız reçetenin sizin için belirli bir yan etkiye neden olduğunu görmek için kas testi yaparsanız ve bir şey bulursanız, o zaman bu konuda doktorunuzla görüşebilirsiniz; böylece o, bu konuda ne yapacağınızı belirlemenize yardımcı olabilir. BT. Bir sonraki hikayede kayıtlı bir hemşire, aldığı tüm ilaçlardan dolayı nörolojik semptomlar çekiyordu.



Bir Hemşirenin Akıl Hastalığı Yolculuğu

Hayatımın son sekiz yılını akıl sağlığıyla ilgili mücadelelerime yanıt arayarak geçirdim. Bana bipolar, agorafobi, en üst yüzde 1'lik ADD, majör depresif bozukluk ve panik bozukluğu teşhisi konuldu. Reçetelerim arasında serotonin sendromuna neden olan Celexa ve hastaneye yatmama neden olan Lexapro vardı. Bana Latuda, Seroquel, trazodon, Lamictal, klonazepam, Prozac, lityum, hidroksizin, Abilify, Adderall ve son olarak da Geodon reçete edildi ve bu da ciddi nörolojik semptomlar yaşamama neden oldu. Daha sonra beş günümü akıl hastanesinde geçirdim.

Evimden tek başıma çıkamıyordum, artık arabama benzin pompalayacak kadar sağlıklı düşünemiyordum ve evimin yolunu bulmak için Google haritalarını kullanmak zorunda kaldım. Sonunda EMDR'yi ve Amen Kliniklerini öğrendim. Çok fazla araştırma yaptıktan sonra aslında aşırı duygusal travma yaşadığımı fark ettim. Birinci basamak doktorlara, psikiyatristlere ve nöropsikologlara anksiyete ve depresyonun ailemin üç üyesinin ölümüyle bir ilgisi olup olmadığını sorduğumda hepsi şöyle dedi: "Sen bipolarsın. Semptomlarla nasıl başa çıkacağınızı öğrenmeniz gerekecek.

Amen Kliniğinde beynimin SPECT taraması önemli derecede TSSB yaşadığımı gösterdi. Daha sonra bunu babamın intihar ederek ölmesinden, kız kardeşimin bir araba kazasında ölmesinden ve erkek kardeşimin de bir araba kazasında ölmesinden öğrendim. Bu olayları işlemeye başladığımda, çocukluk anılarım geri gelmeye başladı ve çocukluğumda yoğun cinsel istismarın yanı sıra akıl hastası babamın fiziksel ve duygusal istismarına da maruz kaldığımı fark ettim. Amen Kliniğinden ayrıldıktan sonra, Brainspotting yöntemini kullanan bir terapistle duygusal travmayı işlemeye başladım, ancak kan basıncım 210/110'a kadar fırlayacağından ve nöbet benzeri aktiviteye sahip olacağımdan bedenim duygusal salınımı kaldıramıyordu. Ayrıca TSSB için akupunkturu da denedim ve bazılarına yardımcı oldu. Beyin haritasını aldıktan sonra yirmi seanslık bir Neurofeedback turu yaptım ve çok az faydası oldu. Vücudumun tüm stres ve ilaçlardan dolayı dengesi bozulmuştu, bu yüzden biyoenerji taramaları yapan yerel bir uygulayıcının yardımıyla vücudumu yenilemeye başladım.

İyileşmek için tüm seçeneklerimi tükettiğimi sanıyordum. Ama sonra Duygu Şifresi'ni öğrendim. Kitabı satın aldım ve yerel bir uygulayıcıya gittim. Hayatımdaki tüm travmaların üstesinden gelmek çok sayıda seans gerektirdi, ancak artık artık kaygım veya depresyonum yok. On yedi ayda Duygu Şifresi, Beden Şifresi ve İnanç Şifresi'ni içeren yaklaşık doksan seans boyunca birlikte çalıştık. Hayatımı değiştirdi. Hayatımda ilk kez gerçekten mutlu olduğumu söyleyebilirim. İyileşme sürecim ailemdeki yeni zor durumlarla sınandı ve aşırı endişe, panik ve felakete yol açmadan makul bir şekilde yanıt verebildiğimi bildirmekten mutluluk duyuyorum.

Acı çeken insanlara bu kadar umut veren bu doğal şifa yöntemi için son derece minnettarım. Beden Kodu Sisteminde sertifikalarımı tamamlayıp koçluk işi kurarken şu anda elliye yakın kişiyle onlara ücretsiz yardımcı olmak için çalışıyorum. Benimle çalışmaya bu kadar nezaketle istekli olan tüm insanların başına geldiğini gördüğüm dalgalanma etkileri inanılmaz! Hiçbir zaman pes etmedim ve umudumu kaybetmedim. Paylaşacak bir amacım ve bir hikayem var. Tüm tıp pratisyenlerim bana hiçbir zaman iyi ve işlevsel olamayacağımı söylediler. Henüz yüzde 100 değilim ama muhtemelen yüzde 97'yim.

> Bulunduğum bölgede ACE (olumsuz çocukluk deneyimi) puanları oldukça düşük, birçok ciddi akıl sağlığı istatistiği ve çok fazla yoksulluk var. Amacım mümkün olduğu kadar çok büyüme, pozitiflik, zarafet ve sevgi tohumları ekmek ve Beden Kodu Sisteminin, her seferinde bir kişi ve bir kalp olan dalga etkisini izlemek. Bu fırsat için teşekkürler!
>
> — KARLAYAPMAKKLAHOMA, SENNİTEDSTATES

Reçetesiz İlaçlar

Reçetesiz ilaçlar (OTC), reçetesiz satın alınabilen ilaçlardır. Reçetesiz satılan ilaçlar da dahil olmak üzere tüm ilaçlar vücut için bir dereceye kadar toksiktir ve vücudun bunları hem fiziksel hem de enerjik olarak işlemesini gerektirir.

KAMPO-PHENİQUE SUÇLU

Julie tedavi için muayenehaneme geldi ve sorununun yaklaşık iki yıldır devam eden kronik öksürük olduğunu söyledi. Bütün gece ve gün boyu öksürdüğünü söyledi.

Bana çok ciddi bir şekilde baktı ve şöyle dedi: "Dr. Nelson, eğer bu öksürükten kurtulamazsam, gerçekten boşanacağımdan korkuyorum. Kocam artık her gece benden olabildiğince uzakta, başka bir yatak odasında uyuyor. Bunun için birkaç doktora göründüm ama onlar

ciddi bir şey olduğunu bulamıyorum. İlaçlarını ve reçetesiz ilaçları da alıyorum ama hiçbir şey gerçekten işe yaramıyor. Ne yapacağımı bilmiyorum. Sen benim son çaremsin. Umarım bana yardım edebilirsin."

Bilinçaltının neden bu kronik öksürüğe sahip olduğunu bileceğini bilmek beni rahatlattı. Bunun gibi bir öksürük bir semptomdur ve semptomlar dengesizliklerden kaynaklanır ve Beden Kodu dengesizliklerin bulunmasına yardımcı olur.

Bilinçaltına öksürüğünün altında yatan nedeni sormak için kas testini kullandığımda ortaya çıkan ilk şey kimyasal zehirlenmeydi. Yaygın olarak kullanılan ev ürünlerinin bir listesini kullandığımda, yaygın olarak kullanılan ağrı kesici antiseptik bir sıvı olan Campho-Phenique'e götürüldüm.

"Julie, Campho-Phenique kullanıyor musun?" dedim. Şaşırarak şöyle dedi: "Evet! Her gün kullanırım! Her gece kontrol ettiğim yaşlı bir arkadaşım var. Çok yaşlı, doksanlı yaşlarında ve her gece onu ziyarete gittiğimde ayaklarını Campho-Phenique ile ovmamı seviyor!”

Campho-Phenique, gözleri ve burnu, mukoza zarlarını ve sinir sistemini tahriş edebilen fenol içerir. Hastam Julie ve ben bunu parkın dışına çıkardık. Julie'nin tek yapması gereken Campho-Phenique kullanmayı bırakmaktı ve öksürük sorunu çözüldü.

Bu, Beden Kurallarının, semptomları baskılamak için ilaç kullanıyorsanız normalde gözden kaçırabileceğiniz sorunların temel nedenini bulmanızı nasıl sağlayabileceğinin bir başka harika örneğidir.

AŞI

AÇIKLAMA

Aşılarla ilgili tartışmalar yıllardır sürüyor. Ebeveynler, çocuklarına aşı yaptırıp yaptırmamaları gerektiği konusunda sıkıntılı bir soruyla karşı karşıya kalıyor. Pek çok kaynaktan, artıları ve eksileri olan o kadar çok veri var ki, kanıtlanmış temel gerçekleri elde etmek zor. Tarafsız bir bilgi kaynağı için Ulusal Aşı Bilgi Merkezine (NVIC.org) göz atmanızı öneririm. Kendi sağlık bakımı kararlarınızı kendi muhakeme ve araştırmalarınıza dayanarak ve doktorunuzla ortaklaşa almanızı teşvik ediyorum.

sağlık çalışanı. Ingrid'in bir sonraki hikayede gösterdiği gibi, aşıların bilinen yan etkileri olmuştur.

Zona Aşısı Reaksiyonu

Yetmiş üç yaşındayım ve virüse yakalanmamak için zona aşısı oldum. Korkunç bir tepkiyle karşılaştım ve sonuçta tüm zona belirtileri ortaya çıktı: kızarıklık, çok fazla ağrı ve yorgunluk. Gerçekten kötüydü. Yeğenim bir Beden Kodu uygulayıcısı ve hemen semptomlarım üzerinde çalışmaya başladı. Her Beden Kodu seansında semptomlarımda bir azalma oldu ve yaklaşık on bir seanstan sonra semptomlar tamamen ortadan kalktı ve bir daha geri dönmedi. Onun yardımı olmasaydı ne yapardım bilmiyorum.

Eşimin vefatından dolayı hissettiğim acı, acı, kalp rahatsızlığım gibi pek çok konu üzerinde çalıştık. Dokuz stentim var. Beden Kodu adı verilen bu muhteşem şeyi yapan bir yeğenim olduğu için kendimi çok şanslı hissediyorum.

- BENNGRIDGİTMEKNTARIO, CANADA

EĞLENCELİ İLAÇ TOKSİNLERİ

AÇIKLAMA

Eğlence amaçlı uyuşturucular günümüzde dünyanın başına beladır ve sayısız yaşamı yok etmektedir. Bazıları son derece zehirlidir ve vücuda hızlı ve bazen kalıcı olarak zarar verir. Uyuşturucu maddelerin (kafein ve tütün hariç) vücudu varlıkların istilasına da açtığına inanıyorum. Marianne Williamson şunu söylerken bunu anlamlı bir şekilde ifade etti:

> *Fiziksel düzeyde semptomları bastırmaya veya yok etmeye çalışmak son derece önemli olabilir, ancak iyileşmenin bundan daha fazlası vardır; Hastalığın tedavisinde psikolojik, duygusal ve ruhsal sorunlarla uğraşmak da aynı derecede önemlidir.*

Vücut Yasası daha iyi bir yol sağladığında, birçok kişi semptomları bastırmak için ilaçlara yönelecektir. Aşağıda bazı yaygın eğlence amaçlı uyuşturucuların ve bunların vücudunuza neler yapabileceğinin açıklamaları yer almaktadır.

KAFEİN

Kafein, insanların aldığı en yaygın toksinlerden biridir. Bunu eğlence amaçlı bir uyuşturucu olarak sınıflandırıyorum çünkü bağımlılık yapıyor, zehirli ve pek çok insan vücut üzerindeki uyuşturucu benzeri etkileri nedeniyle ona güveniyor.

Kafein böbreklerde dengesizlik yarattığından bel ağrısına da neden olur. Aslında günümüzde bel ağrısına neden olan en büyük faktörün bu olduğuna inanıyorum. Ancak kafein bundan daha tehlikelidir. Fibrokistik meme hastalığının yanı sıra iyi huylu prostat hipertrofisine (prostatın büyüyüp idrara çıkmayı zorlaştırdığı bir durum) neden olur.

Kafein kan basıncını saatlerce yükseltebilir, kalp kasılmalarının yoğunluğunu uyarabilir ve aslında stresin vücut üzerindeki etkilerini abartabilir. Faye, kafeinin annesini nasıl etkilediğini anlatıyor.

Çok Fazla Kafein

Annem bir sabah kalbi hızla çarparak uyandı ve kendisini çok kötü hissediyordu; bu duruma daha sonra hızlı atriyal fibrilasyon (A-fib) teşhisi konuldu ve doktorla görüşmem sırasında bu sorunun temeline inebilir miyiz diye biraz çalıştım. BT. Beden Yasası "uykuyu" bir ihtiyaç, magnezyum gereksinimi ve kahveden kaçınma olarak gösteriyordu. Bunu kontrol altına almak için hastaneye gitmek zorunda kaldık, burada A-fib'in en önemli üç tetikleyicisinin yorgunluk, düşük magnezyum ve çok fazla kafein olduğunu öğrendik!!

- FevetÇ., HERTFORDSHİRE, senNİTEDkINGDOM

ALKOL

Az miktarda alındığında alkol oldukça iyi metabolize olur. Çok fazla alkol, karaciğerin onu işlemek için fazla mesai yapmasına neden olabilir. Alkolizm zamanla siroz olarak bilinen ve sonuçta karaciğer yetmezliği ve ölümle sonuçlanabilecek hastalıklı bir karaciğere yol açar. Bu hikayede Eva, Beden Kodunun alkol bağımlılığıyla bağlantılı acı dolu bir geçmişi aşmasına ve daha iyi ve daha mutlu bir yaşam bulmasına nasıl yardımcı olabildiğini anlatıyor.

Çocukluk Travmasının Üstesinden Gelmek

1972'de Zimbabwe'de (o zamanlar Rodezya) alkolik bir ailenin çocuğu olarak dünyaya geldim; onlar da ben bebekken on üç yaşındaki kız kardeşimin intihar etmesinden sonra alkolizme daha da battı. Annem onu aldı

bana öfkelen. Geceleri sarhoş olduğundan, ben uyurken beni dövmek için odama hücum ederdi. Bana aptal, hiçbir işe yaramayan ve güneşin altındaki her şeyle çağrıldım. Babam beni koruyamayacak kadar zayıftı ve annemden korkuyordu.

Nihayet evden çıkabildiğimde alkole, uyuşturucuya ve sekse yöneldim ve en berbat erkeklerde aşkı aradım. Fazla kiloluydum ve tam bir karmaşa içindeydim. Sonunda intihar etme ve dört yaşındaki kızımı da yanıma alma düşünceleriyle dibe vurdum. Dr. Nelson'ın çalışmasının bir uygulayıcısı olan Jane'den yardım almam için yönlendirildim. Kavram enerjilerinden, varlıklara, lanetlere, olumsuz inançlara, bolluk blokajlarına ve ilişki blokajlarına kadar her şeyi kesinlikle salıverdik. Antidepresanlarımı attım ve hayatıma ışık girmeye başladı!

Hayatım artık mutlu, bereketli, neşeli ve temelde yeni bir ben'im. Bu muhteşem şifa yöntemi keşfedilmemiş olsaydı şu anda nerede olacağımı düşünmekten korkardım. Londra'daki Duygu Şifresi seminerine katıldıktan sonra, bana yardım edildiği gibi başkalarına da yardım etmek benim görevimdir. Dr. Bradley Nelson ve sevgili eşi Jean'le tanışmak benim için bir onurdu ve Tanrı'nın lütfuyla hayatımı kurtardığı için ona kişisel olarak teşekkür edebildiğim için çok minnettardım. Teşekkürler teşekkürler teşekkürler!

— EvaT.H.ertfordshire, GreeatBritan

TÜTÜN

Tütün, alkol ve kafeinle birlikte en popüler üç toksinden biridir. Tütün başlı başına eğlence amaçlı bir uyuşturucudur ancak işlenmiş sigaralar aynı zamanda binlerce farklı toksik kimyasal madde içerir. Bu kimyasallardan biri aslında hidrojen siyanür adı verilen bir böcek ilacıdır; Nazi Almanyası'nda gaz odalarında kullanılan ilacın aynısıdır. Sigara bağımlılığınız varsa Kay'in aşağıdaki hikayede bulduğu gibi Beden Kuralını kullanmak yardımcı olabilir.

Sigara Bağımlılığı Çözüldü

> Bir uygulayıcıyla yaptığımız seanstan sonra, bende sigara içme alışkanlığını sürdüren tutsak kalmış bir duyguyu bulduk ve serbest bıraktık. O zamandan beri sigarayı bıraktım!
>
> — KevetH., CALİFORNİYA, sennİTEDSTATES

ESRAR

Esrarın oldukça zararsız olduğu yaygın olarak düşünülüyor, ancak çalışmalar en az bir kez esrar içen ergenlerin şizofreni geliştirme olasılığının hiç sigara içmemiş olanlara göre iki kat daha fazla olduğunu göstermeye başlıyor. Ayrıca elli veya daha fazla kez sigara içenlerin şizofreni geliştirme olasılığı altı kat daha fazladır. Bu nedenle, daha yaygın olarak kabul edilen motivasyon eksikliği ve paranoya sorunlarının yanı sıra, esrar içmek insanların düşündüğü kadar güvenli olmayabilir. Esrar kullanımının eklem sorunlarına ve sonuçta artrite yol açtığına inanıyorum, ancak pratikte kendi gözlemlerimin ötesinde bunu destekleyecek bulduğum hiçbir çalışma yok.

AMFETAMİNLER

Amfetaminler, sinir sistemini hızlandırarak öfori, artan konsantrasyon, hiperaktivite ve diğer daha rahatsız edici semptomlara neden olan, kimyasal olarak tasarlanmış psikostimülan ilaçlardır. Vücudun doğal ritmini hızlandırmak adrenal bezlere, böbreklere ve karaciğere zararlıdır.

Amfetaminler arasında Adderall gibi farmasötik ilaçların yanı sıra genellikle meth veya speed olarak adlandırılan yasa dışı bir sokak uyuşturucusu olan metamfetamin de yer alır. Amfetaminlerin her türü zehirlidir ve vücuda verildiğinde karaciğer, kimyasalları umarız daha az toksik bileşenlere ayırmaya çalışacaktır. Amfetamin kullanımının fiziksel etkileri zararlıdır ve kilo kaybı, uykusuzluk, kan basıncında artış, uyuşukluk, taşikardi, kalp krizi riskinde artış ve çok daha fazlasını içerir.

Amfetamin kullanımının psikolojik etkileri arasında kaygı; yanlış bir güven, güç veya refah duygusu (bunların tümü kullanıcının güvenliği açısından tehlikelidir); ve olası psikoz.

KOKAİN

Kokain, merkezi sinir sistemini uyaran, hem zararlı hem de inanılmaz derecede bağımlılık yapıcı bir ilaçtır. Diğer tüm uyuşturucular gibi kokain de uzun süreli veya aşırı kullanımla daha da kötüleşen sağlık sorunlarına neden olur; bu da kalp ve tansiyon sorunlarına, paranoid sanrılara, nöbetlere ve felçlere neden olabilir.

ecstasy

MDMA olarak da bilinen Ecstasy, çok zehirli, tehlikeli, psikoaktif bir amfetamin sokak uyuşturucusudur. Beyindeki serotonin taşıyıcılarında bir dengesizliğe neden olur ve bu da ne yazık ki ilacı kullanırken kendinizi harika hissetmenize neden olur, ancak yan etkilerin yıkıcı olması zor olabilir. Spektrumun daha küçük ucunda Ecstasy, kullanıcı onu kullanmayı bıraktıktan sonra bile artan depresyon ve kaygıya neden olacaktır. Bunun nedeni beyindeki serotonin seviyelerinin tükenmiş olması ve otomatik olarak tekrar normale dönmemesidir. Yelpazenin diğer ucunda felaket var.

California'dan Ecstasy'yi iki kez deneyen bir hastam vardı. İlk denediğinde pek bir şey fark etmedi ama ikinci denediğinde sağlığını tamamen mahvetti. Bana geldiğinde yirmi üç yaşındaydı ve o kadar müthiş bir yorgunluk ve o kadar korkunç bir fibromiyalji hastasıydı ki artık çalışamıyordu. Her hafta hayatta kalmaya yetecek kadar yiyecek almak üzere mağazaya gitmek için yapabileceği tek şey buydu.

EROİN

Eroin, afyon haşhaşından yapılan son derece bağımlılık yaratan ve çok zararlı bir uyuşturucudur. Uyuşturucu alındığında yaşanan coşku nedeniyle eroini bu kadar bağımlılık yaratan şey psikolojik bağımlılıktır. Diğer ilaçlar gibi zehirlidir ve vücudu tahrip eder, genellikle kullanıcıyı öldüren solunum sorunlarına, ayrıca karaciğer fonksiyonlarında azalmaya ve kalp sorunlarına neden olur.

KETAMİN

Ketamin veya Special K, tıbbi olarak anestezide kullanılan bir ilaçtır, ancak aynı zamanda bir sokak uyuşturucusudur. Duyu bozukluklarına, halüsinasyonlara, solunum ve dolaşım sorunlarına neden olur. Hem bağımlılık yapıyor hem de zehirli.

l.s.d.

LSD veya liserjik asit dietilamid, tıbbi ve psikiyatrik amaçlarla icat edilmiş, ancak artık daha sıklıkla sokak uyuşturucusu olarak kullanılan psikedelik bir ilaçtır. Halüsinasyonlara, paranoyaya ve coşkuya neden olur. Bir madde olarak LSD'nin toksik olmadığı kabul edilir, ancak kas testlerinde vücutta bir toksin olarak ortaya çıkacaktır.

GECE GÖLGELERİ

En yaygın olarak bilinen zehirli itüzümü psikoaktif “ölümcül itüzümü” veya belladonnadır. Patates, domates, patlıcan ve biber gibi yenilebilir bitkiler gibi tütün de gece gölgesidir. Gece gölgelerinin ürettikleri alkaloit kimyasallar nedeniyle iltihaplanma ve ağrıya neden olduğu bilinmektedir. En yaygın olanları tütündeki nikotin, belladonnadaki halüsinojenik ve ölümcül tropan alkaloidleri ve domates, patates ve diğer gıda itüzümündeki hafif tahriş edici alkaloitlerdir. Çoğu insan yenilebilir itüzümü bitkilerini çok iyi tolere etse de, hassas bireylere itüzümü tamamen önlemelerini sıklıkla tavsiye ederim.

EGZERSİZ: TOKSİNİ BULUN VE TEDAVİ EDİN

AŞAMA 1.

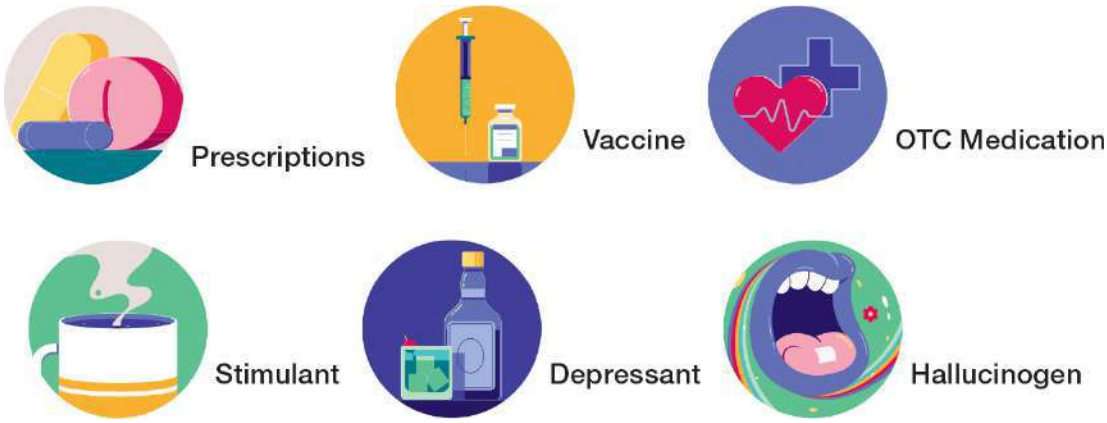
Şunu sorun: "Bende (veya sizde) şu anda ortadan kaldırılabilecek bir uyuşturucu toksini var mı?"

- **Cevabınız evet ise 2. Adıma geçin.**
- **Hayırsa, sizde hiç ilaç toksini olmayabilir veya şu anda giderilemeyen bir toksin olabilir, bu nedenle daha sonra tekrar denemek isteyebilirsiniz.**

ADIM 2.

(Şifre Çözme) Sorun: "Bu toksin hakkında daha fazla bilgiye ihtiyacımız var mı?"

- **Hayırsa Adım 3'e (İlişkilendirme) geçin.**
- **Cevabınız evet ise, aşağıdaki ayrıntılardan hangisinin tanımlanması gerektiğini görmek için kas testi yapın. Bazen tek gereken toksinin türünü belirlemektir. Bazı yaygın ilaç türleri bu tabloda listelenmiştir:**



- **İlaç toksininin belirli bir türünü belirledikten sonra 2. Adıma (Kod Çözme) dönün ve bilmeniz gereken başka bir şey olup olmadığını sorun. Toksin hakkında daha fazla bilgiye ihtiyacınız yoksa Adım 3'e (İlişkilendirme) gidin, aksi takdirde aşağıdaki soruları sorabilirsiniz:**
  - **Şunu sorun: "Oluşma yaşını bilmemiz gerekiyor mu?"**
  - **Şunu sorun: "Bu enerjinin bedendeki yerini bilmemiz gerekiyor mu?"**

Cevabınız evet ise, bunu tespit etmek için bir eleme süreci kullanmak faydalı olabilir. Örneğin, bedeni ikiye bölün ve toksinin vücudun alt yarısında mı yoksa üst yarısında mı kaldığını sorun. Vücudu soldan sağa bölün ve toksinin vücudun sol yarısında mı yoksa sağ yarısında mı bulunduğunu sorun. Bu şekilde bölmeye devam edin ve toksinin vücutta yerleştiği yeri belirleyene kadar sormaya devam edin, ardından Adım 2'ye (Kod Çözme) dönün.

AŞAMA 3.

(İlişkilendirme) Şunu sorun: "Kodunun çözülmesi gereken ilişkili bir dengesizlik var mı?"

- **Hayır ise 4. Adıma (Niyet) geçin.**
- **Cevabınız evet ise, Vücut Kodu Haritasına geri dönün ve ilgili dengesizliklerin kodunu çözün ve adresleyin, ardından buraya geri dönün ve Adım 3 (İlişkilendirme) sorusunu tekrarlayın.**

ADIM 4.

(Niyet) Bu toksinin enerjisini vücuttan salıverme niyetini tutarken, bir mıknatısla veya elinizle yönetici meridyenin herhangi bir uzunluğu üzerinde üç kez kaydırın, aynı zamanda bedeni normal yoluyla toksini atmaya yönlendirin. eliminasyon kanalları.

ADIM 5.

Şunu sorun: "O uyuşturucu toksini biz mi saldık?"

- **Cevabınız evet ise, 1. Adımdan başlayabilir ve başka bir ilaç toksini bulmak için işlemi tekrarlayabilirsiniz.**
- **Hayırsa, yeniden odaklanın, yardım için dua edin, kalbinizin bunun işe yarayacağına dair sevgi ve şükran hissetmesine izin verin ve niyetle bir kez daha üç kez kaydırın.**

UYUŞTURUCU İLE BAŞA ÇIKMAK İÇİN FAYDALI İPUÇLARI

TOKSİNLER

Milyonlarca insan tehlikeli ilaç kombinasyonları, reçetesiz ilaçlar ve eğlence amaçlı uyuşturucular kullanıyor, karaciğer ve böbreklere aşırı yük bindiriyor ve zayıflatıyor. Tekrar tekrar maruz kalındığında toksinler sıklıkla vücutta birikir ve birçok soruna neden olur.

Detoksifikasyon sürecini tamamlamak için fiziksel destek gerekli olabilir. Bu maddenin vücuttan detoksifikasyonu hakkında daha fazla bilgi için bir sağlık uzmanına başvurmanız önerilir. Gelecekte mümkün olduğunda uyuşturucu toksinlerinden kaçınmak için sağduyunuzu ve sağduyunuzu kullanın.

BÖLÜM 6

BESLENME VE YAŞAM TARZI

Her birimizin içindeki doğal şifa gücü, iyileşmemizi sağlayan en büyük güçtür. Yemeğimiz bizim olmalı ilaç. İlacımız gıdamız olmalıdır.

— HİPOKRATES

Translated from English to Turkish - www.onlinedoctranslator.com

Nutrition

Adjunctive Therapy

Lifestyle

Physical Needs

Sleep

Energy Medicine

Outside Needs

Magnetic Field

Mental and Emotional Fitness

Color Imbalance

Beslenme dengesizlikleri ve yaşam tarzı ihtiyaçları kolayca tespit edilemeyen acı kaynakları olabilir. Onlar neler? Bunları nasıl tespit ederiz? Bunları nasıl düzeltebiliriz?

Bu bölümde beslenme, uyku, dış ihtiyaçlar, manyetik alan dengesizlikleri, renk eksikliği ve daha fazlasını ele alacağız.

23

BESLENME

İnsan vücudu sürekli olarak akan bir zeka, enerji ve bilgi nehridir.
varlığının her saniyesinde kendini yeniliyor.

— DEEPAK CHOPRA

Besin açısından yoğun yiyecekler yemek sağlığımız için hayati öneme sahiptir ve zaman geçtikçe bu durum giderek daha da artmaktadır. Geleneksel olarak yetiştirilen meyve ve sebzeleri yemek, hiç yememektense genellikle daha iyi olsa da, durum her zaman böyle değildir. Örneğin, ticari olarak yetiştirilen meyve ve sebzelere genellikle o kadar yoğun miktarda toksik böcek ilacı ve bitki ilacı püskürtülür ki, onları rafta bırakmanız daha iyi olur. Ne yazık ki dikkat etmeniz gereken tek şey pestisitler ve herbisitler değil.

Pek çok meyve, sebze ve tahıl aynı zamanda genetiği değiştirilmiş organizmalardır (GDO'lar), yani belirli etkileri elde etmek için DNA'ları değiştirilmiştir. Bu organizmalar genellikle vücut tarafından toksik olarak görülürler.

organik muadilleriyle aynı görünebilirler. Aslında genetiği değiştirilmiş gıdalar daha iştah açıcı, daha taze görünebilir ve bazen diğer ürünlerde gördüğünüz morluklar olmadan bile görünebilir. Ama aldanmayın. Bunun nedeni, DNA'larının özel olarak değiştirilmiş olması ve böylece ürünlerin çiftlikten depoya giden uzun ve zorlu yolda hayatta kalmasının daha zor olmasıdır.

Meyve ve sebzeleriniz satın aldıktan iki hafta sonra hâlâ taze görünüyorsa onların sizin için gerçekte ne kadar sağlıklı olduğunu sorgulamak isteyebilirsiniz. Birçoğunun genetiği değiştirildiği için daha soğuk veya daha sıcak iklim gibi doğal olmayan koşullarda büyüyecekler. Örneğin bilim insanları domatesin DNA'sını pisi balığı DNA'sıyla birleştirdiler. Bu, normal domateslerin yetişemeyeceği, doğal olmayan soğuk bir iklimde domates yetiştirmelerine olanak sağladı. Bu domatesler normal görünebilir ancak vücudunuz bunu daha iyi bilir.

Toksinlerden kaçınmak, organik yiyecekler yemek için iyi bir nedendir, ancak kesinlikle tek neden bu değildir. Organik olarak yetiştirilen meyve ve sebzelerin, ticari olarak yetiştirilenlerden kat kat daha fazla besin değeri taşıdığı kanıtlanmıştır. Birkaç yıl önce Rutgers Üniversitesi tarafından yapılan bir araştırma, organik olarak yetiştirilen sebzelerle ticari olarak yetiştirilen sebzelerin mineral içeriğinde şaşırtıcı farklılıklar olduğunu ortaya çıkardı.

Basitçe söylemek gerekirse, organik olarak yetiştirilen fasulyede, ticari olarak yetiştirilen muadillerine göre yedi kat daha fazla bor ve yirmi iki kat daha fazla demir vardı; organik domateslerde ise iki bin kat daha fazla demir vardı.

Organik olarak yetiştirilen sebzelerde tüm mineral içerikleri, ticari olarak yetiştirilen sebzelere göre önemli ölçüde daha yüksekti.

Organik gıdalar yemek, vücudu beslemenin ve ona ihtiyaç duyduğu tüm besinleri vermenin açık ara en iyi yoludur. Vücudunuzun ihtiyaç duyduğu şey, elbette, birçok faktöre bağlı olarak, muhtemelen benim vücudumun ihtiyaç duyduğundan biraz farklıdır. Ancak günün sonunda organik gıda hepimiz için en iyisidir.

İmkanınız varsa kendi sebze ve meyvelerinizi yetiştirmenizi şiddetle tavsiye ederim. Eğer kendi sebzelerinizi yetiştirdiyseniz, onların tadının ne kadar güzel olduğunu bilirsiniz. Kendinize ait bir bahçeniz yoksa adlı kitabı okumanızı tavsiye ederim.*Kare Ayak Bahçeciliği*kaydeden Mel Bartholomew*.* Bir apartman dairesinde yaşıyor olsanız ve fazla yeriniz olmasa bile, nasıl bir bahçeye sahip olabileceğinizi öğreneceksiniz.

BESLENME FİKİRLERİ DEĞİŞİMİ

Kesin olan bir şey varsa o da beslenmeyle ilgili fikirlerin sürekli değiştiğidir. 1990'lardaki büyük yumurta korkusunu hatırlayacak kadar yaşlı olabilirsiniz. Bilim insanları, yumurtanın içerdiği kolesterol nedeniyle kalp hastalığına neden olduğu fikrini öne sürerek, kimsenin haftada birden fazla yumurta yememesini tavsiye etti. Elbette birkaç yıl sonra bu fikirlerin aslında yanlış olduğunu keşfettiler: Yumurtaların aslında tehlikeli olmadığı ortaya çıktı.

Hangi yiyecekleri yemeniz ve yememeniz gerektiğini duyduğunuzda açık fikirli olun, çünkü hangi bilgilerin güncelliğini yitirmiş veya yanlış olabileceğini asla bilemezsiniz. Vücut için gerçekten en iyi olanın herkes için farklı olduğunu unutmayın; bu nedenle neye ihtiyacınız olduğunu ve nelerden kaçınmanız gerektiğini belirlemek için kas testini kullanın.

BEDENİNİZ İÇİN DOĞRU OLAN NEDİR?

Mükemmel bir diyet var, ancak bu asla herkese uyan tek tip bir plan olmayacak. Bu, sizin için özel olarak hazırlanmış, bilinçaltınızın zaten hakkında her şeyi bildiği diyettir. Vücudunuz ne istediğini, neyi istemediğini, sizi neyin besleyeceğini, onu yerseniz neyin sorun yaratacağını çok iyi biliyor. Tek yapmanız gereken sormak. Tam ve kapsamlı yemek planları bile oluşturarak istediğiniz kadar spesifik olabilirsiniz.

Belirli bir gıdayla sorun yaşıyorsanız bunun altında yatan bir neden olabileceğini unutmayın (özellikle de gıdanın doğası gereği toksik değilse), bu nedenle Beden Kodunu kullanın ve bulduğunuz her şeyi temizleyin. Vücudunuzda ve yaşamınızda olup bitenlere bağlı olarak beslenme ihtiyaçlarınızın büyük olasılıkla zamanla değişeceğini unutmayın. Bu yüzden vücudunuzla açık bir iletişim hattını koruyun ve ona doğru yakıtı vermeye devam edin. Bilinçaltı zihninizin gerçekten yemenizi istediği şeyleri yemek için bedeninizin bilgeliğini nasıl kullanacağınızı öğretecek harika bir kaynak bu kitaptır.*Gıda Kodları*Sertifikalı bir Beden Kuralı uygulayıcısı olan Lana Nelson tarafından.

Bilinçaltına bir kişinin neye ihtiyacı olduğunu sormayı öğrendikçe, genellikle kişinin iyileşmesi için bir tür beslenme eksikliğinin giderilmesi gerektiğini keşfettim. Vücutta meydana gelen sayısız kimyasal reaksiyon için vitamin ve minerallere ihtiyaç vardır.

Her an vücudunuz. Herhangi bir vitamin veya mineral eksikliğiniz varsa canlı bir sağlığa kavuşmanız esasen imkansız olacaktır.

Bunun en bilinen örneklerinden biri iskorbüt hastalığıdır. İskorbüt, ciddi bir C vitamini eksikliğinin varlığına izin verilirse burun kanaması, diş kaybı, anemi, bitkinlik ve sonuçta ölümle sonuçlanan bir durumdur. İngiliz donanması iskorbüt hastalığının sadece taze meyve ve sebze yiyerek yenilebileceğini buldu. Yolculuklarda limon fıçılarını depolamaya ve nakletmeye başladılar, iskorbütü önlediler ve İngiliz denizcilere "limeys" takma adını verdiler.

Günümüzde iskorbüt kadar şiddetli eksikliklerin görülmesi nadir olmakla birlikte, çoğu insan için herhangi bir zamanda birkaç mineral veya vitamin eksikliğinin olması alışılmadık bir durum değildir. Bu eksiklikler, ders kitaplarındaki vitamin eksikliği hastalıklarına yol açmak yerine, çok çeşitli daha hafif hastalıklara ve enerji kaybına neden olur.

Neyse ki insan vücudu tam olarak neye ihtiyacı olduğunu biliyor. Bilinçaltı zihniniz sadece her hücrenizin tarihini ve tüm varlığınızı, hatta hamile kalmadan önce bile bilmekle kalmaz, aynı zamanda belirli bir vitamin, mineral, uçucu yağ, bitki ve daha fazlasına ihtiyacınız olup olmadığını da bilir.

BİLİNÇALTI BİLİR

İyileştirici gücün kendi bilinçaltınızda olduğunu kendinize sık sık hatırlatın.

— JOSEPH MURPHY

Ginger, şiddetli karın ağrısı nedeniyle beş gündür hastaneye kaldırılan, yirmi sekiz yaşında, atletik bir kadındı. Doktorları onun sorununun ne olduğunu çözemediler ve beş gün boyunca tüm teşhis testlerini yaptıktan sonra, ona yardım etmek için yapabilecekleri hiçbir şey olmadığını söyleyerek onu hastaneden taburcu ettiler.

Hastaneden taburcu olmasının ertesi günü, Pazartesi sabahı ofisime geldi. Acısı daha iyi değildi ve kendisinde ciddi bir sorun olduğu için üzülüyordu, ayrıca hastanedeki doktorların ağrısına bir neden bulamamasından dolayı kafası karışıyordu.

Beden Kodunu kullanarak ona kas testi yapmaya başladım ve bilinçaltına ağrısının nedenlerinin ne olduğunu sordum. Birkaç tutsak duygu buldum ve bunları ve diğer birkaç dengesizliği serbest bıraktım. Bu seansın bir noktasında kas testleri beni Vücut Kodunun besin maddeleri bölümüne, krom adı verilen çok spesifik bir besine götürdü. Kendisine bir krom takviyesi almasını ve bu konuyu daha fazla düşünmemesini önerdim.

Düzeltecek başka bir şey bulamadım, bu yüzden hâlâ çok acı çekmesine rağmen ona eve gitmesini ve ertesi gün tekrar gelmesini söyledim.

Ertesi sabah ilk hastalarımdan biriydi ama durumu daha iyi değildi. Aslında ağrısı bir önceki güne göre açıkça daha kötüydü. Hastanede bir şekilde ciddi bir şeyin gözden kaçmış olması gerektiğini düşündüğümü hatırlıyorum.

Başka ne yapacağımı bilemediğimden, bilinçaltının ne söyleyeceğini görmek için Beden Kodunu kullanmaya ve kas testine yeniden başladım. Bir kez daha Vücut Kodunun besin maddesi bölümüne -tahmin ettiğiniz gibi- kroma götürüldüm. Aniden kromun bir gün önce ortaya çıktığını hatırladım ve bunun tesadüfi bir bulgu olduğunu düşündüm.

Ona şunu söyledim: “Kroma ihtiyacın var. Nedenini bilmiyorum ama buna gerçekten ihtiyacın var gibi görünüyor. Hemen ofisimi terk etmenizi, caddedeki sağlıklı gıda mağazasına gitmenizi ve biraz krom almanızı istiyorum. Onlardan bir bardak su isteyin ve birazını mağazadan alın, sonra da ofisime gelin.”

Yirmi dakika sonra Ginger ofisimin bekleme odasına geri döndü ve kelimenin tam anlamıyla sevinçten zıplıyordu ve şöyle haykırıyordu: “Ben düzeldim! Ben düzeldim! Kromu aldığım anda ağrı anında yok oldu!”

Heyecanla bana "Bu nasıl oldu?" diye sordu. Krom almak neden ağrının geçmesini sağladı?” Cevabım şu oldu: “Açıkçası hiçbir fikrim yok. Tek bildiğim vücudunun kroma ihtiyacı olduğu. Acı size yeterli kroma sahip olmadığınızın bir işaretiydi. Şans eseri, vücudunuz ihtiyacını bana iletebildi ve ben de bunu size iletebildim ve her ne sebeple olursa olsun işe yaradı!

Bu hikaye, bilinçaltına neye ihtiyacı olduğunu belirtmesi için net bir yol verildiğinde ne kadar güçlü olabileceğinin harika bir örneğidir.

BESİN EKSİKLİĞİ

AÇIKLAMA

Batı diyetlerinin çoğu vitamin ve mineral bakımından yetersizdir. Fabrika çiftçiliği uygulamaları toprağı tükettiğinden, topraktan yetişen sebze ve meyveler artık eskisi gibi besin açısından zengin değil. Buna ek olarak, çoğu insan yeterince meyve ve sebze yemiyor, bu nedenle birçok insanın besin eksikliği yaşaması sürpriz olmamalı. Vücudun organ ve dokularının düzgün çalışabilmesi için belirli miktarda vitamin ve minerallere ihtiyacı vardır. İhtiyaç duydukları besin maddelerine sahip olmadıklarında dengesizlik ve sonuçta bozulma ortaya çıkar.

EGZERSİZ: BESİN EKSİKLİĞİNİN BELİRLENMESİ

Besin eksikliğiniz olup olmadığını öğrenmek için şu soruyu sorun: "Ele alınması gereken bir besin eksikliği var mı?" Cevabınız evet ise, aşağıdaki Besin Tablosunda besin maddesini bulun. Eğer hayır ise bir eksikliğiniz olmayabilir ve bu egzersizi atlayabilirsiniz.

BESİN TABLOSU		
	A	**B**
1	**Antioksidanlar** **Bor** **Kalsiyum** **Karbonhidratlar** **Karnitin**	**metiyonin** **Molibden** **Omega-3** **Omega-6** **Oksijen**
2	**Karotenoidler** **Klorür** **Kolesterol** **Kolin** **Krom**	**Fenilalanin** **Fosfor** **Potasyum** **Probiyotikler/Prebiyotikler** **Protein**
3	**Koenzim Q10** **Kobalt** **Bakır** **Enzimler** **Yağlı, Tekli Doymamış**	**Selenyum** **Sodyum** **Kükürt** **Treonin** **Triptofan**

BESİN TABLOSU		
4	**Yağ, Çoklu Doymamış** **Yağlı, Doymuş** **Lif** **Flavonoidler** **Histidin**	**valin** **A vitamini** **B1 Vitamini (Tiamin)** **B2 Vitamini (Riboflavin)** **B3 Vitamini (Niasin)**
5	**İyot** **Ütü** **İzolösin** **Lesitin** **Lösin**	**B5 Vitamini (Pantotenik Asit)** **B6 Vitamini (Piridoksin)** **B7 Vitamini (Biyotin)** **B9 Vitamini (Folat)** **B12 Vitamini (Kobalamin)**
6	**Lutein/Zeaksantin** **Likopen** **Lizin** **Magnezyum** **Manganez**	**C vitamini** **D vitamini** **E vitamini** **K vitamini** **Çinko**

(Kod Çözme) Sorun: "Besin A sütununda mı?"

- **Hayır ise B sütunundadır.**

ADIM 2.

Şunu sorun: "Tek sıra halinde mi?"

- **Hayırsa, çift sıralıdır (2, 4 veya 6).**

AŞAMA 3.

Tek sayı için "1. sırada mı?" diye sorun. (Tek satırları tek tek adlandırın.)

- **Çift için "2. sırada mı?" diye sorun. (Satırları tek tek adlandırın.)**

ADIM 4.

Şunu sorun: "___ mi?"

- **Her besin maddesini tek tek adlandırın ve cevap için kas testi yapın.**
- **Besin belirlendikten sonra aşağıdaki soruları sorarak kod çözme işlemine devam edin.**
  - **Şunu sorun: "Bu besin maddesinden yeterince alıyor muyum?"**

Hayırsa, önerilen günlük ödenek hakkında bilgiyi çevrimiçi olarak veya mevcut diğer kaynaklarda arayın. Daha sonra bir sonraki soruyu sorarak devam edin.

- **Şunu sorun: "Bu besinden doğru kalitede mi alıyorum?"**

Hayırsa, bu besin maddesinin farklı veya daha kaliteli bir kaynağını bulmak için çaba gösterin.

ADIM 5.

(İlişkilendirme) Emilim/Kullanım: "Vücudunuzun bu besin maddesini emmesine veya kullanmasına yardımcı olmak için çözmemiz gereken ilişkili bir dengesizlik var mı?" diye sorun.

- **Cevabınız evet ise, Vücut Kodu Haritasına dönün, ilgili dengesizliklerin kodunu çözün ve adresleyin, ardından buraya geri dönün ve Adım 5 (İlişkilendirme) sorusunu tekrarlayın.**

ADIM 6.

(Niyet) Dikkatli ve sağduyulu davranarak, gerekli besinleri yiyecek veya takviye yoluyla diyetinize ekleyin.

BESLENME İLE İLGİLİ FAYDALI İPUÇLARI

Ayrıca günlük beslenmenizde nelerin eksik olduğunu görmek için gıdaları, takviyeleri, proteinleri veya diğer besin kategorilerini test etmeyi deneyebilirsiniz. Beslenmedeki herhangi bir değişiklikte olduğu gibi, her zaman sağduyulu ve ölçülü olun. Herhangi bir endişeniz veya sorunuz varsa sağlık uzmanınıza veya beslenme uzmanınıza danışın.

Her bir besin maddesi ve önerilen günlük miktarı (RDA) hakkında daha fazla bilgi için çevrimiçi arama yapın.

24

YAŞAM TARZI

**Kendi benliğinizdeki dengeyi yeniden kurarsanız, dünyaya çok büyük katkıda bulunacaksınız.
dünyanın iyileşmesi.**

– DEEPAK CHOPRA

Ne kadar uzun yaşayacağınız ve ne kadar sağlıklı olduğunuz büyük ölçüde yaşam tarzınıza bağlıdır. Bu bölümün amacı birkaç yaşam tarzı kategorisini, bunların ne olduğunu ve yaşam tarzınızı iyileştirmek için bu kategoride bir şeyler yapmanız gerekip gerekmediğini nasıl test edebileceğinizi tartışmaktır.

UYUMAK

AÇIKLAMA

Uyku, daha hızlı iyileşmeye, büyümeye ve zihin, beden ve ruhun genel olarak yeniden dengelenmesine olanak tanıyan dinlendirici bir durumdur. Pek çok insanda uyku eksikliği vardır; genellikle yatakta yeterince zaman geçirmesine rağmen yine de yeterli düzeyde onarıcı uyku alamamaktadır.

Uyku, yinelenen farklı aşamalardan oluşur ve normal gündüz/gece döngüleriyle aynı hizada olan iç sirkadiyen saatten etkilenir. Yapay ışığın ortaya çıkışıyla birlikte çoğu modern ülkede uyku düzenleri değişti. İnsan vücudunun gece uyumayı tercih ettiği gösterilmiştir.

Normal uyku saatlerinde çalışmak ve uyanık kalmak sağlığa oldukça zararlıdır.

Mesleğimin ilk yılında yerel bir fabrikada çalışan çok sayıda hasta gördüm. Gündüz vardiyasında çalışanlarla gece vardiyasında çalışanlar arasındaki fark oldukça dikkat çekiciydi. Gece vardiyasında çalışan hastalar sağlıklarına kavuşmada çok daha zor zamanlar geçirdi. Aslında bazı durumlarda uyku programlarının bozulması, iyileşememelerindeki en büyük faktördü. Bu hastaları iş için normal gündüz vardiyasına döndürmek çoğu zaman iyileşmeleri açısından kritik öneme sahipti.

Uyumanız gereken zamanda çalışmanın ötesinde, uykunuzun bozulmasının altında yatan birçok farklı neden vardır. Dengesizliğin en yaygın alanlarından biri, sinir sisteminin vücudun tüm süreçlerini çalıştıran "otomatik" kısmı olan otonom sinir sistemi ile ilgilidir; bu sistem, tutsak kalmış duygular nedeniyle "savaş ya da kaç" modunda sıkışıp kalabilir. veya diğer travmalar. Aşağıdaki hikayede Stefanie, yorgunluğunun tutsak kalmış duygulardan kaynaklandığını keşfediyor.

Uyanmada Zorluk

Bir Duygu Şifresi uygulayıcısıyla yaptığım ilk seansta ondan, sabahları uyanmakta güçlük çekme sorunuma odaklanmasını istedim. Bu, çeşitli kronik hastalıklar ve duygusal travmalar nedeniyle birkaç yıldır beni rahatsız ediyordu, ancak bu sorunların çoğunu iyileştirdikten sonra, her gün yatağımdan zar zor kalkabiliyordum, bu da çocuklarıma bakmayı ve onları okula götürmeyi zorlaştırıyordu. zaman. Uygulayıcı, kronik hastalık ve yorgunluktan muzdarip olduğum yıllardan gelen, bu soruna katkıda bulunan yirmi dört tutsak duygu buldu. Ertesi gün yeni bir insan gibi hissederek uyandım! Neredeyse altı hafta oldu ve uyku tuşuna basmadan ya da uyandığım anda korku ya da bitkinlik hissetmeden yataktan çıkabiliyorum. Yorgun hissetmek ve daha fazla uykuya ihtiyaç duymak ile günü yaşamak istemediğimi hissetmek arasındaki farkı açıkça söyleyebilirim. Bu, üretkenliğim ve güvenim açısından oyunun kurallarını tamamen değiştirdi. Artık sevinç ve amaç duygusuyla uyanıyorum

Beni hiçbir şeyin engellemediği bir gün ve aslında yeniden sabahları sabırsızlıkla bekliyorum!

- STEFANIEW., NEBRASKA, SENNITEDSTATES

EGZERSİZ: UYKU DENGESİZLİĞİNİ BULUN VE SERBEST BIRAKIN

AŞAMA 1.

Şunu sorun: "Ben (ya da sen) yeterince rahat uyuyor muyum?"

- **Evet ise harika!**
- **Hayır ise Adım 2'ye (İlişkilendirme) geçin.**

ADIM 2.

(Çağrışım) Şunu sorun: "Benim (veya sizin) yeterince dinlendirici uyku alma yeteneğinizi engelleyen bir şey var mı?"

- **Hayır ise Adım 3'e (Niyet) geçin.**
- **Cevabınız evet ise, Vücut Kodu Haritası çözümleme işlemine geri dönün ve ilgili dengesizlikleri giderin, ardından buraya geri dönün ve Adım 2 (İlişkilendirme) sorusunu tekrarlayın.**

AŞAMA 3.

(Niyet) Vücudun uyku mekanizmasını sıfırlama niyetini korurken, bir mıknatısla veya elinizle yönetici meridyenin herhangi bir uzunluğu üzerinde üç kez kaydırın.

UYKU DENGESİZLİKLERİNİ BULMAK İÇİN YARARLI İPUÇLARI

Uykunun bozulmasının altında yatan birçok farklı neden vardır. Uyku sorunlarını tamamen çözmek için Vücut Kodu Haritası kullanılarak kapsamlı bir kod çözme işlemi yapılması önerilir.

DIŞ İHTİYAÇLAR

AÇIKLAMA

Eğer kişinin bedeninde veya yaşam tarzında önemli bir alan eksikse, bilinçaltı Beden Kodunu kullanarak bu ihtiyacı size iletebilir. “Dış ihtiyaçlar”, Beden Kodu Sisteminin başka yerlerinde listelenen dengesizlikler ve ihtiyaçlar dışında, dengeye ve nihai iyileşmeye ulaşmaya yardımcı olabilecek her şeyi ifade eder. Bu dış ihtiyaçlar zihinsel sağlık bakımından masaja ve homeopatiye kadar her şey olabilir. Bunlar dörde ayrılır

kategoriler: zihinsel ve duygusal uygunluk, yardımcı terapi, fiziksel ihtiyaç ve enerji tıbbı.

ZİHİNSEL VE DUYGUSAL Zindelik

AÇIKLAMA

Zihinsel ve duygusal zindelik, yaratıcılığa, dengeli düşünme ve duygulara yardımcı olacak aktiviteleri içerir ve yeni tutsak kalmış duyguların oluşmasından kaçınmaya yardımcı olabilir.

EGZERSİZ: ZİHİNSEL VEYA DUYGUSAL BİR DURUMU TANIMLAMAK FITNESS İHTİYACI

AŞAMA 1.

(Kod çözme) Şunu sorun: "Ben [ya da sen] ___'den faydalanır mıyım?" (Boşluğu sezgilerinizi, yaratıcılığınızı ve aşağıdaki listeyi kullanarak doldurun.) Yaratıcı olun, arkadaşlarınızdan öneri isteyin ve nasıl ilerleyeceğinize karar vermenize yardımcı olması için çevrimiçi araştırma yapın. Bu kategoriye ilişkin bazı fikirler bu tabloda listelenmiştir:

ADIM 2.

(İlişkilendirme) Şunu sorun: "Kodunun çözülmesi gereken ilişkili bir dengesizlik var mı?"

- **Hayır ise Adım 3'e (Niyet) geçin.**
- **Cevabınız evet ise, Vücut Kodu Haritasına dönün, ilgili dengesizliklerin kodunu çözün ve adresleyin, ardından buraya geri dönün ve Adım 2 (İlişkilendirme) sorusunu tekrarlayın.**

AŞAMA 3.

(Niyet) Testi olumlu çıkan aktivitelerin herhangi birini veya tümünü deneyin ve neyin doğru ve besleyici olduğunu görün.

ZİHİNSEL VE DUYGUSAL İÇİN YARARLI İPUÇLARI FİTNESS

Yukarıda belirtilen faaliyetlerden biri belirtilirse, bu bilinçaltı bilgeliğe ve iletişime hak ettiği önemi vermek her zaman önemlidir, çünkü bunu yapmak daha eksiksiz ve etkili bir iyileşme sürecini kolaylaştırabilir.

YARDIMCI TEDAVİ

AÇIKLAMA

Bazen bilinçaltı, iyileşme ve iyileşmenin etkinliğini en üst düzeye çıkarmak için dışarıdan yardım veya ek bir terapi isteyebilir. Bu kategori homeopati ve çiçek ilaçları gibi yaygın tedavileri içerir.

EGZERSİZ: YARDIMCI TERAPİ İHTİYACINI BELİRLEMEK

AŞAMA 1.

(Kod Çözme) Bilinçaltının isteyeceği özel çareyi belirleyin. (Mevcut semptomlara göre bir çare seçilebilir, ancak yerel mağazanızda veya çevrimiçi olarak hangi ilacın size fayda sağlayabileceğini görmek için biraz araştırma yapmanın yanı sıra kas testi yapmanız da önerilir.)

- **Şunu sorun: "Ben (ya da siz) homeopatik bir tedaviden faydalanır mıyım?" Şunu**
- **sorun: "Ben (ya da sen) bir çiçek ilacından faydalanır mıyım?"**

ADIM 2.

(İlişkilendirme) Şunu sorun: "Kodunun çözülmesi gereken ilişkili bir dengesizlik var mı?"

- **Hayır ise Adım 3'e (Niyet) geçin.**
- **Cevabınız evet ise, Vücut Kodu Haritasına dönün, ilgili dengesizliklerin kodunu çözün ve adresleyin, ardından buraya geri dönün ve Adım 2 (İlişkilendirme) sorusunu tekrarlayın.**

AŞAMA 3.

(Niyet) Üreticinin önerilerini takip ederek, belirtilen ilaçları uygulayın ve tavsiye için sağlık uzmanınıza veya homeopatik doktorunuza danışın. Sağduyulu ve ölçülü olmayı unutmayın.

FİZİKSEL İHTİYAÇLAR

AÇIKLAMA

Vücut Kodunun “Fiziksel İhtiyaçlar” bölümü vücut çalışması, detoksifikasyon ve egzersiz gibi önemli faaliyetleri içerir.

EGZERSİZ: FİZİKSEL İHTİYACIN BELİRLENMESİ

AŞAMA 1.

(Kod çözme) Şunu sorun: "Ben [ya da sen] ___'den faydalanır mıyım?" (Boşluğu sezgilerinizi, yaratıcılığınızı ve aşağıdaki listeyi kullanarak doldurun.) Yaratıcı olun, arkadaşlarınızdan öneri isteyin ve nasıl ilerleyeceğinize karar vermenize yardımcı olması için çevrimiçi araştırma yapın. Bu kategoriye ilişkin bazı fikirler şunlardır:

Yürüme	**Kayropraktik bakımı**	**Yoga**	**Akupunktur**
Yüzme	**Dayanıklılık eğitimi**	**Kraniosakral terapi**	**Spor Dalları**
Doğa yürüyüşü	**Masaj**	**Dans**	**Refleksoloji**

ADIM 2.

(İlişkilendirme) Şunu sorun: "Kodunun çözülmesi gereken ilişkili bir dengesizlik var mı?"

- **Hayır ise Adım 3'e (Niyet) geçin.**
- **Cevabınız evet ise, Vücut Kodu Haritasına dönün, ilgili dengesizliklerin kodunu çözün ve adresleyin, ardından buraya geri dönün ve 2. Adım sorusunu tekrarlayın.**

AŞAMA 3.

(Niyet) Cevabınıza bağlı olarak, testi pozitif çıkan aktivitelerin herhangi birini veya tamamını deneyin ve neyin doğru hissettirdiğini görün.

FİZİKSEL İHTİYAÇLARA YÖNELİK FAYDALI İPUÇLARI

Bu yöntemlerin her biri hakkında bol miktarda bilgi internette mevcuttur veya öğrenmek istediğiniz yöntemin sağlayıcısını ziyaret ederek daha fazla bilgi edinebilirsiniz.

ENERJİ TIPLARI

AÇIKLAMA

Enerji tıbbı, Duygu Kodu ve Beden Kodu dışında dünya çapında bulunan ek enerji iyileştirme teknikleri ve uygulamalarını içerir.

Bu kategorilerdeki öğeler kapsamlı bir liste oluşturmaz ve bu tam sağlık bulmacasına kendi parçalarınızı ekleyebilirsiniz. Burada listelenmeyen bir tekniğiniz veya yönteminiz varsa, bunu araç kitinizin bir parçası olarak ekleyin. Bilinçaltı, bedenin ve ruhun tam olarak neye ihtiyacı olduğunu bilir; sadece sormanız yeterli!

EGZERSİZ: ENERJİ İLACI İHTİYACINI BELİRTMEK

AŞAMA 1.

(Kod çözme) Şunu sorun: "Ben [ya da sen] ____'den faydalanır mıyım?" (Yukarıdaki kategorileri kullanarak boşluğu doldurun.) Tam iyileşme ve iyileşme için faydalı ve gerekli olabilecek ek enerji yöntemleri şunlardır:

ADIM 2.

(İlişkilendirme) Şunu sorun: "Kodunun çözülmesi gereken ilişkili bir dengesizlik var mı?"

- **Hayır ise Adım 3'e (Niyet) geçin.**
- **Cevabınız evet ise, Vücut Kodu Haritasına dönün, ilgili dengesizliklerin kodunu çözün ve adresleyin, ardından buraya geri dönün ve Adım 2 (İlişkilendirme) sorusunu tekrarlayın.**

AŞAMA 3.

(Niyet) Enerji tıbbı uygulayıcınızın önerdiği protokolle birlikte Beden Kuralını kullanmaya devam etmeniz önerilir.

MANYETİK ALAN

AÇIKLAMA

Çoğunlukla dünyanın manyetik alanıyla bağlantı eksikliğinden kaynaklanan manyetik enerji eksikliği olması mümkündür. Ayrıca, genellikle tutsak kalmış duygu, travma enerjisi, miasm vb. gibi ilişkili dengesizliklerden kaynaklanan, vücudun manyetik alanında bir bozulma olması da mümkündür.

Manyetik alan dengesizlikleri veya eksiklikleri hafif ila akut rahatsızlık, yorgunluk ve uykusuzluğa neden olma eğiliminde olacaktır ve sıklıkla diğer kronik sorunlara katkıda bulunacaktır. Aşağıdaki hikayede Weston, arkadaşının dirseğindeki ağrının manyetik alan dengesizliğinden kaynaklandığını buldu.

Dirsek Ağrısı Rahatladı

Şiddetli dirsek ağrısı çeken bir arkadaşım vardı. Şehir dışına gidiyordu ve gerçekten bu dirsek ağrısının geçmesini istiyordu. Gerçek zamanlı olarak telefonda, tutsak kalmış duygulardan kaynaklanan bir manyetik alan dengesizliği keşfettik. Duygular serbest kaldıkça dirseğindeki ağrı da serbest kaldı. Ondan büyük bir "vay be" ifade edildi. Bu

dirsek ağrısı düzeltildikten sonra geçti ve bir daha geri dönmedi.

— WESTONM., ARİZONA, senNİTEDSTATES

Mıknatısların iyileştirici gücüyle ilgili ilk deneyimim yıllar önce uygulama yaparken gerçekleşti. Her türden manyetik ürün üreten bir Japon şirketi olan Nikken'den yeni bir mıknatıs satın almıştım. Satın aldığım mıknatısın adı Magboy'du; içinde rahatsızlık duyulan alanların üzerine yuvarlanabilen iki gümüş manyetik top bulunan mavi plastik bir kutudan oluşuyordu.

Doğrudan önümde kayropraktik ayarlama masasında yüzüstü yatan bir hasta, esas olarak kaynağı bilinmeyen yaygın kas ağrısıyla karakterize, zayıflatıcı bir durum olan fibromiyaljisinin tedavisi için bana gelmişti.

Onu yaklaşık bir aydır tedavi ediyordum ve sürekli, aralıksız ağrısında ancak bir miktar ilerleme kaydetmeye başlıyorduk. Onun özel durumunda, ağrının tamamı vücudunun üst kısmındaydı. Omuzları, kollarını çeşitli hareket aralıklarında hareket ettirme yeteneğinin çok sınırlı olduğu bir noktaya kadar özellikle etkilenmişti ve her iki kolunu da yatay çizgiyi geçecek şekilde kaldırması imkansızdı.

Onu masanın üzerinde yatarken görmek bana şunu düşündürdü: "İşte bu mıknatısları test etmek için mükemmel bir fırsat." Deneyim için sol kolunu seçtim ve sonraki beş dakika boyunca mıknatısı sürekli olarak kolunda ileri geri yuvarlarken onunla sohbet ettim.

Gerçekten işe yarayacağına dair hiçbir beklentim yoktu, ama aynı zamanda kayropraktik uzmanı olan kardeşim Greg'den bu mıknatıslarla ilgili hikayeler duyduğum için merak ettim. Beş dakika çok geçmeden doldu. Onu ayar masasının kenarına oturttum ve şöyle dedim: "Tamam, şimdi kollarınızın hareket aralığını kontrol etmek istiyorum. İlk önce benim için sağ kolunu kaldırabilir misin bir bak."

Sağ kolunu neredeyse yere paralel olana kadar kaldırdı ve çok acı çektiğini görebiliyordum, bu yüzden onu durdurdum. Son ziyaretinde hiçbir değişiklik olmadan gördüğümüz şey buydu.

Şimdi dedim ki, "Tamam, devam et ve şimdi sol kolunu kaldır." Sol kolunu yere paralel olacak şekilde yavaşça kaldırdı ve

belirgin bir rahatsızlık duymadan başının üstünden yukarı çıkmaya devam etti.

Bu tamamen beklenmedik bir durumdu. Şöyle haykırdı: "Ne*dır-dir*bu şey?! Yuvarladığın yerde hiç ağrım yok!" Bu sonuca hayran kaldım. Kolunu daha da test etmeye devam ettim ve şaşkınlıkla sol kolunun tam ve ani bir iyileşme gösterdiğini gördüm. Sol kolundaki tüm hareket aralıkları artık normaldi! Bir an birbirimize baktık, ben de elimdeki manyetik cihaza baktım ve şöyle cevap verdim: "Aslında pek emin değilim. Kardeşimden aldığım bir mıknatıs." "Bunu senden satın alabilir miyim?" dedi. Fiyatı ne kadar?" Ben de "Aslında bilmiyorum ama hadi öğrenelim" diye cevap verdim.

Birkaç dakika içinde Magboy'un (şimdiki adı MagDuo) parasını ödedi ve onu da yanına aldı. Yaklaşık altı ay boyunca onu bir daha görmedim. Sonunda geri döndüğünde, "Hey! Nerelerdeydin? Seni epeydir görmüyorum. Fibromiyalji belirtileriniz nasıl?" Şöyle dedi: "Harika yapıyorum! Ne zaman fibrom alevlense, mıknatısları o bölgeye sürüyorum ve sanki kayboluyor gibi görünüyor!

Anlaşıldığı üzere bu, önümüzdeki birkaç yıl içinde muayenehanemde Nikken ürünlerini kullanırken gördüğüm pek çok harika şeyden sadece ilkiydi. Acı çeken insan kaynağım hiç bitmediği için bu ürünleri test etmek kolaydı.

Örneğin bir hastada uzun süreli bir omuz sorunu vardı ve Nikken manyetik tabanlıklarını ayakkabılarına taktığında hemen ortadan kalktı. Akut astım ataklarının ortasında dört farklı hastanın göğüslerine büyük bir mıknatıs yerleştirerek anında rahatladığını gördüm. Vücudun yüzeyine bir mıknatıs yerleştirerek alerjilerin aniden dramatik bir şekilde iyileştiğini gördüm. Korkunç morlukların tam anlamıyla bir gecede kaybolduğunu gördüm. Kırık kemiklerin yarı sürede iyileştiğini gördüm. Ameliyata aday olan disk çıkıntılarının radyologları şaşkına çevirerek küçülüp kaybolduğunu gördüm. Bunların hepsini ve daha fazlasını gördüm.

Manyetik alan eksikliği diğer eksiklikler gibidir. Eğer yeterince manyetizma almıyorsanız, o zaman bu ihtiyacı bir şekilde tamamlamanız gerekir. İlginçtir ki, dünyanın manyetik alanı, Alman matematikçi Carl Friedrich Gauss'un 1845'te onu takip etmeye başladığı zamana kıyasla artık yaklaşık yüzde 10 daha zayıf. olumsuzluklara sürekli maruz kalmamız

elektromanyetik alanlar, manyetik alan eksikliği sendromu veya MFDS çok yaygın bir sorundur.

Boston'daki Tufts Üniversitesi'nde manyetik yatak pedleri kullanan fibromiyalji hastaları üzerinde yapılan randomize, çift-kör bir çalışma şu sonuca varmıştır: "1100 artı veya eksi 50 gauss manyetik yüzey alan kuvvetine sahip manyetik bir yatak pedi üzerinde uyumak, saatte 200 ila 600 gauss verir. cilt yüzeyi, fibromiyaljili hastalarda istatistiksel olarak anlamlı ve klinik olarak anlamlı ağrının giderilmesini ve uykunun iyileştirilmesini sağlar. Bu 16 haftalık deneme süresi boyunca hiçbir olumsuz reaksiyon kaydedilmedi." Bütün bunlar, manyetik bir yatak pedi üzerinde uyumaktan kaynaklanıyor.

Manyetik yatak pedlerinin kullanıldığı başka bir çalışma, bir yıllık bir süre boyunca Japonya'nın önde gelen üç hastanesinde 431 hastayla gerçekleştirildi. Sonuç olarak, manyetik yatak pedleri üzerinde uyumanın boyun ağrısı, omuz ağrısı, sırt ağrısı, alt ekstremite ağrısı, uykusuzluk ve yorgunluğun hafifletilmesinde etkili olduğu ve tüm bu rahatsızlıklarda ortalama yüzde 83'lük bir iyileşme olduğu kanıtlandı. Hiçbir zararlı yan etkisi de olmadı çünkü bu hastalar sadece vücutlarının denge durumuna geri dönmek için ihtiyaç duyduğu şeyi alıyorlardı.

Tabii ki, buzdolabı mıknatısları yaygın olarak mevcuttur ve tutsak kalmış duyguları serbest bırakmak ve her türden enerji dengesizliğini düzeltmek için gayet iyi çalışırlar, ancak Nikken mıknatısları, daha önce de onayladığım gibi, MFDS'nin tedavisi ve aynı zamanda diğer birçok sorun için en iyi şekilde çalışıyor gibi görünüyor. kendi pratiğim. Mıknatısları en yüksek kalitededir, çok uzun süre dayanır ve profesyonel güçtedir, dolayısıyla yatırıma değerdir.

Hamile kadınları veya tıbbi cihaz veya kalp pili gibi elektronik implantı olan kişileri güçlü mıknatıslara maruz bırakmamanın en iyisi olduğunu unutmayın.

Nikken manyetik ürünleri hakkında daha fazla bilgi edinmek istiyorsanız lütfen Discoverhealing.com/magnets adresini ziyaret edin.

EGZERSİZ: MANYETİK YETERSİZLİĞİN BELİRTİLMESİ

AŞAMA 1.

(Şifre Çözme) Sorun: “Bende (veya sizde) manyetik alan eksikliği var mı?”

- **Hayırsa harika!**
- **Cevabınız evet ise 2. Adıma (İlişkilendirme) geçin.**

ADIM 2.

(İlişkilendirme) Şunu sorun: "Kodunun çözülmesi gereken ilişkili bir dengesizlik var mı?"

- **Hayır ise 3. Adıma (Niyet) geçin.**
- **Cevabınız evet ise, Vücut Kodu Haritasına dönün, ilgili dengesizliklerin kodunu çözün ve adresleyin, ardından buraya geri dönün ve 2. Adım sorusunu tekrarlayın.**

AŞAMA 3.

(Niyet) Manyetik alanınızı aşağıdakilerle tamamlayabilirsiniz:

RENK DENGESİZLİĞİ

Renk basitçe enerjidir, enerjinin görünür hale getirilmesidir. Renkler işleyişi teşvik eder veya engeller vücudumuzun farklı yerlerinden. Uygun renkle tedavi eski haline getirebilir Denge ve normal işleyiş.

— LAURIE BUCHANAN, DOKTORA

AÇIKLAMA

Bazen belli bir renkte eksiklik yaşayabilirsiniz. Renklerin yalnızca genel enerji alanını ve dolayısıyla bedeni etkileyebilecek frekanslar olduğunu unutmayın. Bazı durumlarda, bir rengin titreşimi dengeyi yeniden sağlamak için mükemmel bir çözüm olabilir.

★ ★ ★

Renk eksikliği çeşitli şekillerde düzeltilebilir. Çoğu zaman en iyi yol, o renkteki kıyafetleri giymeye başlamaktır, ancak o renkteki şeylere bakmak da işe yarayabilir. Bazı durumlarda renkli ışık terapisi kullanmak en iyi yöntemdir.

Genellikle belirli bir renge sürekli olarak çok fazla maruz kaldığımızda ve diğer renklere maruz kalmayla dengelenemediğimizde veya soruna neden olan ilgili bir dengesizlik varsa "renk fazlalığı" geliştirmek de mümkündür.

EGZERSİZ: RENK EKSİKLİĞİNİN BELİRLENMESİ

Aşağıda, isterseniz daha da daraltmanıza yardımcı olmak için her birinin bazı varyasyonlarının parantez içinde listelendiği temel renklerin bir listesi verilmiştir:

Pembe (bale pembesi, fuşya)

Mavi (bebek mavisi, camgöbeği, elektrik mavisi, turkuaz, kraliyet, lacivert)

Kırmızı (somon, bordo)

İndigo (peygamber çiçeği, gece yarısı)

Turuncu (şeftali, kahverengi)

Menekşe (lavanta, mor, erik)

Sarı (krem, altın başak) Beyaz

Yeşil (misket limonu, nane, orman, zümrüt, zeytin) Siyah (gri)

AŞAMA 1.

(Kod Çözme) Sorun: "Bende (veya sizde) renk eksikliği var mı?"

- **Cevabınız evet ise, belirli rengi belirlemek için listeyi kullanın.**
- **Rengi belirledikten sonra eksikliğin neden oluştuğunu öğrenin. Şunu sorun: "Bu**
- **renk körlüğüm sırf maruz kalma eksikliğinden mi kaynaklanıyor?"**

Cevabınız evet ise 3. Adıma (Niyet) geçin.

Hayırsa, bu ilgili bir dengesizliği gösterir. Adım 2 (İlişkilendirme) ile devam edin.

ADIM 2.

(İlişkilendirme) Beden Kodu Haritasına dönün ve şunu sorun: "Bu renkle uyum sağlamak için hangi ilgili dengesizliğin kodunun çözülmesi ve serbest bırakılması gerekiyor?"

- **İlişkili dengesizliklerin kodunu çözün ve serbest bırakın, ardından 3. Adıma (Niyet) gidin.**

AŞAMA 3.

(Niyet) Kişi bu renge istenilen şekilde daha fazla maruz kalmalıdır. Bu, o renk ailesinden kıyafetler giymek, o renkteki resimlere bakmak, o renkteki güneş gözlüğü takmak, o rengi doğada bulmak vb. yoluyla olabilir.

SAĞLIKLI BİR YAŞAM TARZI İÇİN FAYDALI İPUÇLARI

Bahsedilen kategorilerdeki dengesizlikleri bulup serbest bıraktığınızda sağlığınızı iyileştirmek için bunun ötesinde yapabileceğiniz başka şeyler de vardır. Minnettarlık duygusunun sağlığınızı iyileştirebileceğini biliyor muydunuz? Eğer hayatınızda olup bitenler için minnettar olmayı seçerseniz, titreşiminizin yükseldiğini göreceksiniz. Hayatınızdaki zor şeyler için bile minnettar olmak mümkün mü? Öyledir (her ne kadar zorlayıcı olsa da) ve mutlu bir hayat yaşamanın sırrıdır.

BÖLÜM IV

DÜNYAYI DEĞİŞTİRMEK

Mükemmel olmanıza gerek yok, sadece elde etmelisiniz giden. Bebekler ilk denemelerinde yürümezler ama sonunda doğruyu buluyorlar.

— JACK CANFIELD

25

DÜŞÜNÜLMESİ GEREKEN ŞEYLER

Bir şifacının gücü herhangi bir özel yetenekten değil, her insanın sahip olduğu evrensel şifa gücünü somutlaştırma ve ifade etme cesaretini ve farkındalığını sürdürmesinden kaynaklanır. varlık doğal olarak sahiptir.

— ERIC MICHA'EL LEVENTHAL

Henüz herhangi bir belirtiye neden olmayan, sizin tarafınızdan bilinmeyen dengesizliklere sahip olmanız mümkün mü? Dengesizlikleri, semptomlara ve hastalığa neden olmaya başlamadan önce bulmak ve düzeltmek, gerçek koruyucu hekimliği uygulamaktır.

Bir an için bunu düşünün. Bir çeşit zihinsel, duygusal veya fiziksel semptomunuz var mı? Şu anda acı mı çekiyorsun? Başınız veya boyun ağrınız mı var? Beliniz sizi rahatsız mı ediyor yoksa diz ağrınız mı var? Son zamanlarda depresyon veya anksiyete ile mücadele ediyor musunuz? Hayatınızdaki herhangi bir semptomu veya sorunu tanımlayamıyorsanız bu da sorun değil. Var olduğunu bile bilmediğiniz dengesizlikleri hâlâ bulup salıverebilirsiniz.

İŞLEME

Genel olarak, kişinin vücudunun yapılan işi işlemek için zamana ihtiyacı olmadan, tek bir seansta birden on ikiye kadar dengesizlikleri ele alıp düzeltebildiğimizi bulduk. Kas testiniz size daha fazla yanıt vermiyorsa, bunun nedeni muhtemelen bu seansla işiniz bitmiştir. Vücudun iyileştirme işini yapması ve daha fazla düzeltme yapılmadan önce olayların yeni durumuna uyum sağlaması gerekiyor. Bir oturum bittiğinde "işleme" başlar.

İşleme, duygusal veya enerjik bir salıvermeden sonraki iyileşme dönemidir. Genellikle işlemleme bir veya iki gün sürer, ancak açığa çıkan enerjiler özellikle yoğun bir duygusal olaydan kaynaklanıyorsa daha uzun olabilir. Bu süre zarfında kişi duygusal iniş çıkışlar, ağlama, uykusuzluk, ekstra uyku ihtiyacı, canlı rüyalar ve nadir durumlarda mide bulantısı veya baş ağrısı gibi bazı semptomlar yaşayabilir veya yaşamayabilir.

Çoğu zaman insanlar Beden Kodu seansı yaptırdıklarında anında iyileşme hissederler. Ancak bazen insanlar duygusal açıdan normalden biraz daha hassas olma eğilimindedirler. Kendinizi bu belirtilerden herhangi birini yaşarken bulursanız, süreci zarafetle ve kolaylıkla işlemeye niyet etmeyi deneyin.

İnsanların her zaman duyguların ve diğer enerjilerin serbest bırakıldığı bu işlem sürecinden geçeceğini, ancak zamanın yalnızca yüzde 20'sinde bu olumsuz semptomları deneyimleyeceğini belirtmek önemlidir.

Birisi üzerinde çalıştığınızda, bu işleme belirtilerinden bazılarını deneyimleyebileceklerini onlara bildirmenizi öneririm. Bunların hepsinin iyileşme sürecinin bir parçası olduğunu bilmelerini sağlayın. Onlara bu olasılığı bildirmezseniz ve herhangi bir işleme semptomu varsa, çalışmanızın onları daha da kötüleştirdiğini düşünebilirler. Eğer onlara bu gibi belirtilerin ortaya çıkma ihtimalini söylerseniz ve onlar da bunları yaşarsa, içleri daha rahat olacaktır.

Ayrıca, konunuzun nazik ve kolay bir işlem deneyimi yaşamasına yönelik bir niyete sahip olmak çoğu zaman yardımcı olur.

İşlem süresi genellikle sonuçların hemen görülmemesinin nedenidir. Kayropraktik uzmanı Kati, şeker bağımlılığının gerçekten de ortadan kaybolduğunu keşfettiğinde şaşırdı, ancak bu ancak Beden Kodu seansından birkaç gün sonra gerçekleşti.

Şeker Bağımlılığı

Şeker bağımlılığım artık*gitmiş*! Sağa sola şeker yiyordum ve fırsat buldukça gizlice sokuyordum. Glutensiz unlu mamuller ve ikramlar kolayca bulunamadığı için, bunları özellikle günlük olarak arardım.

İşten eve dönerken eve gelmeden önce yemek yemek için şekerlemeler alırdım. Her markete gittiğimde kurabiye ve brownie alırdım ve eve gelmeden önce onları yerdim. Kocamın çalmaması için çikolatalı yiyecekleri suçluluk duygusuyla ondan saklardım. Dondurma, kurabiye, kek, şekerleme, çikolata, meyveli atıştırmalıklar - ne olursa olsun - her gün yerdim.

Vücut Kodunu kendimde kullandım ve ertesi gün işyerinde atıştırmalık boyutunda iki meyve atıştırması, üç parça çikolata ve bir naneli milkshake yedim. Belki işe yaramadığını ya da ortadan kaldırılması gereken daha fazla dengesizlik olabileceğini düşündüm. Yaklaşık beş gün sonra, bazen gerekli işlem süresi nedeniyle sorunların ortadan kaldırılmasının fazladan zaman alabileceğini fark ettim.

İşte o zaman arzulamadığımı, kaşınmadığımı, seğirmediğimi veya aramadığımı fark ettim.*herhangi*bundan sonra şeker! Bu noktada bir buçuk hafta oldu ve hala*sıfır*şeker isteği. Tamamen aklımdan çıkmış.

- Dr. kati O., Washington, DC, Ünited States

SEÇENEK

Seçim tüm ilerlemenin temelidir. Eğer konunuz isteksiz veya şüpheciyse, harika sonuçlar görme olasılığınız o kadar düşük. Kendisinin en iyisi olmak isteyen ve ne gerekiyorsa yapmayı seçen bir kişinin, herhangi bir çabanın sonuçlarını görmesi çok daha olasıdır. Bu işte seçim ve ajans çok önemlidir. Bir şeyi yapmak için bilinçli bir seçim yapabilirsiniz ama aynı zamanda seçiminizi gerçeğe dönüştürecek kapasiteye ve güce de ihtiyacınız vardır.

Çoğumuz için eyleme geçme gücümüzün bir kısmı bilinçaltımız ve onun bagajları tarafından ele geçirilmiştir. İyi olmayı istemek önemli

hem bilinçli hem de bilinçsiz olarak sağlıklı ve müreffeh. Örneğin, taşıdığınız fazladan elli kiloyu bilinçli olarak kaybetmek isteyebilirsiniz, ancak bilinçaltınız, oluşturduğu tutsak duygu ve inançlar nedeniyle bu kiloyu korumanızı istiyorsa, hiçbir diyet kalıcı sonuçlar getirmeyecektir. Bilinçaltı arzularınızı bilinçli bağlılığınızla hizalamak, hedeflerinize ulaşmada sizi durdurulamaz hale getirebilir.

İşte bilinçaltını ve bilinçli zihnini kilo vermek için daha uyumlu hale getirmek için tutsak kalmış duyguları serbest bırakan bir kadının hikayesi.

Harika Hissetmek

Duygu Şifresi aracılığıyla kendi kişisel sorunlarımı iyileştirmek için annemle birlikte çalışıyorum. Hayatımdaki bariz farklardan biri diyete sadık kalma yeteneğim oldu. Hayatım boyunca kilomla ve duygusal yemeyle mücadele ettim. Diyete başlardım ve sürekli olarak yememe "izin verilmeyen" yiyecekleri düşünürdüm. Bu model, her zaman benden daha iyi olacağı ve diyetimden düşeceğim yönündeydi.

Pek çok diyet yaptım ama hiçbir zaman on iki haftadan uzun sürmedi. Bazı duygusal engelleri aştıktan sonra, on altı haftadır hiç tereddüt etmeden başarılı bir şekilde diyetimi sürdürüyorum. Neredeyse yetmiş kilo verdim ve kendimi harika hissediyorum! Daha gidecek çok yolum var ama ömür boyu sürecek bu sağlık hedefini tamamlayabileceğimi hissediyorum. Nihayet!

- CLARİSSAC., senTAH, sennİTEDSTATES

DOKTOR OYNAMAYIN

Vücut Kodu her türlü dengesizliği bulmak için tasarlanmıştır. Örneğin kas testi, deneğinizin bir tür enfeksiyona sahip olduğunu gösterebilir. "Vücudunuz enfeksiyon kapmış olabileceğinizi gösteriyor" gibi bir şey söylemek isteyebilirsiniz. Bazı dengesizliklerin tıbbi müdahaleye ihtiyaç duyabileceğini dikkate alarak bu dengesizliği enerjisel olarak temizlemek için talimatları takip edebilirsiniz.

Durumun böyle olup olmadığını muhatabınıza bildirin ve kişinin doktor ziyareti konusunda kendi kararını vermesine izin verin. Hiçbir şey teşhis etmediğinizi açıkça belirtin. Bunun yerine, deneğe bilinçaltının neyi işaret ettiğini bildirmiş olursunuz. Birinin doktora görünmesi gerektiğini düşünüyorsanız bunu ona söyleyin. Birinin bir şey için tedaviyi geciktirmesine sebep olmayın. Doktorların orada olmasının bir nedeni var, ancak bazen Bonnie'nin bir sonraki hikayede bulduğu gibi doktorların kafasını karıştıran dengesizlikler bulabilirsiniz.

Gizemli Öksürük

Doktorları öksürüğünün ve yorgunluğunun sebebini bulamadığından öksürüğü olan bir kadının ne yaşadığını öğrenmem istendi. Ona astım tedavisi ve antibiyotik vermeye devam ettiler. Beden Kodu seansı için bana geldiğinde vücudu, akciğerlerinde mantar enfeksiyonu olduğunu söyledi. Doktoru durumu doğruladı ve bunun için doğru ilacı verdi ve şimdi iyileşti.

- BONNIEL., CALİFORNİYA, senNİTEDSTATES

TIBBİ ACİL DURUMLAR

Acil durumlarda daima tıbbi yardım isteyin. Bir semptomun ciddiyetinin derhal tıbbi bakıma ihtiyacı olduğunu düşünüyorsanız, üzerinde çalıştığınız kişiye bunu bildirin. Tıbbi yardım istemek ve Beden Kurallarını kullanmak hayat kurtarıcı olduğu kadar sinerjik de olabilir. Colleen bir sonraki hikayede buldu.

Şiddetli Ağrı Geçti

Gelinim şiddetli acı çekiyordu; sanki kusacakmış gibi yuvarlanıyor ve sürünüyordu. Ne oturabiliyor ne de ayağa kalkabiliyordu. Kızım bunun apandisit olduğunu düşünen bir doktorla konuşuyordu. Onlar acil servise gitmeye hazırlanırken ben cevapları bulmamıza yardımcı olması için Beden Kodunu kullanmaya başladım.

Test ettim ve bunun apandis değil dalak olduğunu buldum. Etrafımda o kadar çok şey olup bitiyor ki, elde ettiğim sonuçlara güvenebilmek için kendimle konuşmam gerekiyordu. Test etmeye devam ettim ve iki tanesini temizledim

dalakta tutsak kalmış duygular, ardından yüzde 72'de fiziksel/fiziksel bir kopukluk buldum, ardından prionlar.* Bu da kopukluğu yüzde 22'ye düşürdü. Daha sonra, bir hafıza alanı (deniz kuvvetlerindeki bir oğulla ilgili zor anılar), düşük özgüvenden kaynaklanan tutsak bir duygu ve ardından bir "yaşama isteği yok" enerjisi buldum. Tüm bu enerjileri temizledim ve birdenbire acı gitti... tamamen gitti!

- COLLEENB., ÜTAH, senNİTEDSTATES

KANSER

Vücut Kodunun hastalıkları teşhis etmek için kullanılması amaçlanmamıştır. Daha ziyade vücudun doğal iyileştirme yeteneklerinin önünde duran dengesizlikleri bulmak için kullanılır. İyi niyetli bir kişi sizden bunu yapmanızı istese bile, kanser veya başka bir hastalığı teşhis etmek için kas testini kullanmayın. Size bunun nedenini açıklayacak bir hikaye anlatayım.

Bana gelen kanser teşhisi konmuş bir hastam vardı. Sigmoidoskopi yaptırmıştı ve doktor kolonunda golf topu büyüklüğünde bir kanser bulmuştu. Doktoru bu kanserin fotoğraflarını çekmişti ve beni görmeye geldiğinde bunları yanında getirmişti. Biyopsi yapılan ve kanser olduğu kesinleşen kolondaki bu çirkin, kanlı kitlenin renkli fotoğrafları vardı. Hangi dengesizliklerin kansere katkıda bulunduğunu belirlemek için vücuduna kanser hakkında bazı sorular sormaya karar verdim.

Yapmayı düşündüğüm ilk şey vücuduna kanser olup olmadığını sormaktı. Bunu zaten biliyorduk ama ben sadece kas testinde vücudundan nasıl bir tepki aldığımı görmek istedim. O zamanlar kansere katkıda bulunan dengesizlikleri bulabilmemiz için seansa başlamanın iyi bir yolu gibi görünüyordu.

Test edilebilir olduğundan emin olmak için temel bir kas testi yaptıktan sonra, "Kolonunuzda kanser mi var?" diye sordum. Koluna bastırdığımda aşağı doğru uyguladığım baskıya karşı koyamadı ve yanıt vermediğini işaret etti. Şaşırdım, sonra kanserin fotoğraflarını çektim ve görmesi için kaldırdım, faydası olacağını düşünerek sayfaları karıştırdım. Koydum

dosyayı indirdi, kolunu uzattı ve şöyle dedi: "Kolonunuzda kanser mi var?" ve onu tekrar kas testine tabi tuttu. Hayır net cevaptı.

“Kanserim” açıklamasını yaptırdım. Aynı cevabı aldık: hayır. Soruyu farklı şekillerde ifade etmeye çalıştım ama vücudu her zaman hayır cevabını veriyordu. Vücudunun gerçekten kanser olduğunu kabul etmesi iki haftamı aldı. Bu bize ne anlatıyor? Bazen kişi kanser olduğunu tanımak veya kabul etmek istemez. Bazen herhangi bir nedenle vücudun kanserle bağlantısı kesilir. Yani, tabii ki doktor değilseniz ve kanseri teşhis etmek sizin uzmanlığınız değilse, bu konudan uzak durmanın en iyi yol olduğunu görebilirsiniz.

Arkadaşınız gelip "Hey, kanser olup olmadığımı görmek için beni test edin" derse ne yapmalısınız? Diyelim ki kişide kanser var ve bu, benim hastamdaki gibi, vücudun kanseri tanımaması gibi bir durum. Test ettiğiniz kişi gerçekten kanserse, hayır yanıtı alırsanız ve "Hayır, kanser değilsiniz" derse ne olur? Peki kişi birkaç ay sonra ölürse ne olur? Cenazede aile yas tutacak ve sizin hakkınızda konuşacaklar ve şöyle diyecekler: "Keşke komşu ona kanser olmadığını söylemeseydi annem hala hayatta olurdu." Bu tür bir hata yaptığınız için hissedeceğiniz suçluluk duygusu bir yana, kendinizi yasal sorunlarla karşı karşıya bulabilirsiniz. Bu, kendinizi içinde bulmak isteyeceğiniz bir durum değil.

Beden Kodunu kullanmak, iyileşmeyi engelleyebilecek dengesizlikleri bulmamıza ve ortadan kaldırmamıza olanak sağlar, ancak Beden Kodunu kullanarak herhangi bir durum veya rahatsızlığın teşhis edilebileceği veya "tedavi edilebileceği" yönünde hiçbir iddiada bulunmamalı veya söz vermemelisiniz.

Antrenmandayken, insanların iyileşmeleriyle ilgili attıkları adımları sorun etmemeyi alışkanlık haline getirdim. İnsanlar kemoterapi veya radyasyon tedavisi görüyorsa benim politikam müdahale etmemekti. Ben sadece vücutlarının dengelenmesine yardımcı olmak ve iyileşmelerinin önünde ne varsa serbest bırakmak için çalışırdım.

Bir hastalık süreciyle mücadele ediyorsanız, vücudun daha iyi çalışmasına yardımcı olmak için yapabileceğiniz her şey iyi bir şeydir. Ama hiçbir şeyi garanti etmek istemezsin. Seanslarınızdan harika sonuçlar görebilirsiniz ve muhtemelen göreceksiniz; sadece ne söylediğinize ve hangi beklentileri belirlediğinize dikkat edin.

Konunuza “Bakalım ne yapabiliriz”, “Bakalım ne olacak” ya da “Neyi fark ettiniz?” diyebilirsiniz. Bu şekilde değilsin

sözler vermek. Bu arada kendiniz de her zaman bir mucize beklemelisiniz. Cate'in aşağıdaki hikayede ortaya koyduğu gibi inanç, inanç, sevgi ve şükran budur.

Kansersiz Tanı

> Göğüs kanserimi doğal yollarla ortadan kaldırmak için Tanrı'nın lütfuna erişmemi sağlayacak bir araç sağlamak amacıyla Beden/Duygu Şifresini kullandım. İnanç, zarafet, doğru beslenme ve iki yıl sonra kas testi ve homeopati de kullanan doktorum bana kanserden arınmış bir teşhis koydu. Ben yapmıştım!!!
>
> - CYEMEK YEDİC., senTAH, sennİTEDSTATES

Hastalıklarla uğraşmaktan çok daha iyi olanı, dengesizlikleri acı yaratmadan önce bulup ortadan kaldırmaktır. “Neyi engellediğinizi asla bilememeniz dileğiyle” koruyucu hekimlik camiasında popüler bir sözdür. Biraz eğitim ve Beden Kodu Sistemi ile kendi evinizin mahremiyetinde, kendi sevdikleriniz, arkadaşlarınız ve aileniz üzerinde koruyucu sağlık uygulayabilirsiniz. Nihayetinde neyi engellediğinizi asla bilemeyeceksiniz!

Barikatlar

Hepimiz zaman zaman başkalarının şifa bulmasına yardım etme konusunda kendimizi sıkışmış hissettik. Bazen birkaç ipucu çok şey değiştirebilir. Ve bazen bir deneğin ilerlemesine yardımcı olamamamızın nedeni Beden Kodu Sistemini kullanılmak üzere tasarlandığı şekilde kullanmamamızdır.

Şu ilkeleri göz önünde bulundurun:

DOĞRU KAYNAĞA ULAŞIN

Pozitif ve negatif enerjiler sürekli etrafımızda döner. Beden Kodu, dua yoluyla ve kendi seçimimiz olan sevgi ve şükranla pozitif enerjilere erişme konusunda köklüdür. Egonun, kızgınlığın, sabırsızlığın, inançsızlığın, yargılamanın veya gururun olduğu bir alanda seans yapmaya çalışırsak seanslarımız aradığımız sonuçları vermeyebilir, sonuç alırsak da kaynağı şüpheli olabilir.

AÇIK FİKİRLİ KAL

Düşüncemizde katılaştığımızda ya da kendi bilgimize ikna olduğumuzda, o zaman gerçek bizim aracılığımızla akamaz. Beden Kodu Sistemini kullanırken her şeyin her şeye neden olabileceğini deneyimlerimiz sayesinde biliyoruz. Meraklı ve tüm olasılıklara açık kalmalıyız, yoksa kendi deneyimlerimizi seanslarımıza yansıtıp gerçeğin ortaya çıkmasını ve gerçek dönüşümün gerçekleşmesini engelleyeceğiz.

DOĞRU SORULARI SORUN

Sorular bu çalışma için çok önemlidir. Doğru soruları sormayı öğrenmek gerçek konulara ulaşmamıza yardımcı olacaktır. Beden Kurallarında mükemmel olmak istiyorsanız, pratik yapmalısınız ve yukarıdan aldığınız rehberliğe açık olmalısınız. Yüksek Gücünüz ne bildiğinizi biliyor ve bunun üzerine inşa etmenize yardımcı olacak.

HER ŞEYİN HER ŞEYE NEDEN OLABİLECEĞİNİ UNUTMAYIN

Başka bir deyişle, her insan benzersiz olduğundan ve her koşul veya durum da benzersiz olduğundan, ne bulacağınızı asla bilemezsiniz.

Vücut Kodunu kullanırken yüksek titreşimi korumak önemlidir. Deneğin bedeninin ne yapacağı üzerinde hiçbir gücünüz yok, bu yüzden sadece konunuzu minnetle seviyorsunuz ve mümkün olan her türlü tıkanıklığı bulup kaldırıyorsunuz. Katkınız yalnızca size gösterileni yapmak ve sonra bırakmaktır. Bundan sonra ne olacağı deneğin vücuduna kalmış.

İYİLEŞME ZAMAN ALABİLİR

Bazen iyileşme çabuk gelmez. Pek çok şeyin ortaya çıkması ve yerleşmesinin zaman alması gibi, çözülmesi de zaman alır. Çözülmesi uzun zaman alan sorunlara örnekler verdim, ancak diğer durumlarda birçok sorun ilk birkaç oturumda çözüldü. Bazen en derin gerçek ortaya çıkmadan önce katmanları temizlememiz gerekir.

Muayenehanemin son on yılı boyunca, kronik ve tedavi edilemez olduğu iddia edilen hastalıklardan mustarip birçok hasta gördüm. Büyük çoğunluğu Beden Kuralları ilkelerini kullanarak iyileşmeyi başardı. Bazıları çok iyileşti

hızlıca. Bazıları haftalar, bazıları aylar ve birkaçı da aylar içinde iyileşti.

Bilinçaltına hastalığın altında yatan gerçek nedenleri sorduğunuzda, konunun özüne inersiniz, ancak bu zaman alabilir. Kas testini kullanarak vücudunuza sorduğunuzda bilinçaltı listenizde sırada ne olduğunu ortaya çıkaracaktır. Bir soğanı katman katman soymaya benzer.

Beden Kurallarını kullanarak dengesizlikleri ortadan kaldırmak ihtiyaç duyulan tek şey olmayabilir. Bir kişinin iyileşme yolculuğunun bir kısmı yaşam tarzı değişikliklerini, bir doktora görünmeyi, bir danışmanla konuşmayı, takviye almayı, fizik tedaviyi, davranışları değiştirmeyi ve hatta inançları değiştirmeyi gerektirebilir. Bunlar bilinçaltınız tarafından bilinir ve hepsi Beden Kodu tarafından farkındalığınıza getirilebilir.

Hepimiz bizi rahatsız eden her şeyi düzeltmek için sihirli bir değnek isteriz, ancak kendi iyileşmemize yönelik sorumluluğumuzun kritik bir kısmı, kendi çıkarımıza ve en yüksek hayrımıza olduğunu bildiğimiz şeyi yapmaktır. Beden Kodu sizi bu şeylere yönlendirebilir. Örnekler arasında temiz, besleyici yiyecekler yemek, egzersiz yapmak ve kendinize ve başkalarına karşı nazik olmak yer alır. Basit bir şükran ve bağışlama uygulaması, fiziksel ve zihinsel sağlıkta şaşırtıcı derecede önemli bir rol oynar. Zehirli bir ortamda kalmak gibi onun ilerlemesini engelleyen şeyleri yapmaya devam edersek vücut işbirliği yapmaz. Beden Kuralları sağlıksız davranışları sizin için iyi hale getirmeyecektir. Bazı insanlar kendi üzerlerine düşeni yapmadan iyileşmeyi beklerler. Bu nadiren işe yarayacaktır.

Vücut Kodu dengesizlikleri bulmak için çok iyi çalışır, ancak bazen yapılması gereken başka işler de vardır. Aşağıdaki hikayede Samantha'nın bilinçaltı ona aspartamın kendisi için iyi olmadığı yönünde net bir mesaj veriyordu ama bağımlılığından kurtulması aylar aldı.

İFLAS ETMİŞ AKCİĞER

Eşim Jean ile bir gün bir komşumuzu ziyarete gittik. Samantha ile konuştuğumuzda bize hastaneden yeni çıktığını söyledi. Ne olduğunu sorduğumuzda şöyle dedi: “Birdenbire nefes alamaz oldum ve sol tarafımda keskin bir ağrı oluştu. Kızımla birlikte acile gittik ve doktor beni muayene ettiğinde sol akciğerimin kendiliğinden çöktüğünü tespit etti. Bana düşüp düşmediğimi veya herhangi bir travmatik olay yaşayıp yaşamadığımı sordu, ben de ona düşmediğimi söyledim. Az önce geldi

tamamen birdenbire. Bunu daha önce hiç yaşamamıştım ve oldukça korkutucuydu.”

Ona Beden Kurallarından bahsettik ve yardımcı olabilecek herhangi bir şey olup olmadığını kontrol edip görmemizi isteyip istemediğini sorduk. Kendisi buna çok açıktı, kısa bir dua edip yukarıdan yardım istedikten sonra iPad'imde Beden Kodu Sistemi uygulamasını açıp sorular sormaya başladık.

İlk sorum şu oldu: “Bu akciğer sorununu yaşamanızın altında yatan bir neden var mı?” Kas testi güçlüydü, bu da evet cevabını gösteriyordu. Beden Kodu Haritasına bakarak “Bu dengesizlik bu haritanın sol tarafında mı?” diye sordum. Evet. “Enerji alanında mı?” Hayır. "Bir devrenin veya sistemin içinde mi?" HAYIR.

Bu noktada geriye kalan tek seçenek “toksin”di. iPad'imdeki bu simgeye dokundum ve olası toksinlerin farklı kategorilerini temsil eden sekiz yeni simgenin bulunduğu toksin sayfası belirdi.

Alt kategorileri test ettim ve “Ağır metal toksini mi?” diye sordum. Hayır. "Biyolojik bir zehir mi?" Hayır. "Bu bir gıda toksini mi?" Evet.

Bu yüzden çeşitli olasılıkları tek tek sordum.

"Lezzet arttırıcı mı?" Hayır. "Bu bir işleme aracısı mı?" Hayır. "Tatlandırıcı mı?" Evet.

Gıdalarda en yaygın iki tatlandırıcının aspartam ve şeker olduğunu biliyordum ve "Yapay tatlandırıcı mı?" diye sordum. Evet.

Bu noktada anne ve kızın birbirlerine oldukça yoğun bir şekilde baktıklarını fark ettim ve kızının söyleyecek bir şeyi olduğunu anlayabildim, bu yüzden durakladım.

Şöyle dedi: “Uzun zamandır annemi diyet içeceklerinden uzak tutmaya çalışıyorum. Ona ne kadar kötü olduklarını anlatıyorum, o da bunu biliyor ama vazgeçmiyor. Bütün gün boyunca sürekli olarak onları içiyor!

Samantha, "Sizce diyet içeceklerinin çöken akciğerimle bir ilgisi var mı?" dedi.

"Pekala, biraz daha derine inelim. Farklı türde yapay tatlandırıcılar var ve bunların hiçbiri sizin için iyi değil, ancak bu özel durumun yapay tatlandırıcı kullanımından kaynaklandığını hiç duymadım. Öte yandan her şey her şeye sebep olabilir.”

Tatlandırıcıların listesini çıkardım ve “Bakalım bilinçaltınız bu listedeki tatlandırıcılar hakkında ne diyor, tamam mı?” dedim.

"Senin için sorun sakarin mi?" dedim. Hayır.

“Sorun aspartam mı?” Evet.

"Akciğerinizin kendiliğinden çökmesinin altında yatan neden aspartam mıdır?" Evet.

Daha fazla kontrol ettiğimde, bu toksin hakkında daha fazla ayrıntı bilmemize gerek olmadığını ve kodunu çözmemiz gereken hiçbir şey olmadığını fark ettim.

Böylece aspartamın enerjisini vücudundan salıverme niyetiyle elimle sırtının ortasından üç kez aşağı doğru kaydırdım.

Akciğeri iyileşti ve diyet içeceklerini hemen bırakamasa da önemli ölçüde azalttı ve birkaç ay içinde tamamen bırakmayı başardı.

Bu güne kadar akciğerinde başka bir sorun yaşamadı. Bence bu hikayeden alınacak ders, bilinçaltının genellikle bize bir şeylerin yanlış olduğunu veya vücudumuzu olumsuz yönde etkileyen bir şey yaptığımızı bildirmeye çalışmasıdır. Bir şey yerseniz ve ani bir acı hissederseniz, bu bir mesaj olabilir. Vücudumuzu görmezden gelmek yerine dinlersek, çoğu zaman dramatik hastane ziyaretlerinden kaçınabiliriz.

Değişim söz konusu olduğunda her zaman bir seçim vardır. Bir değişiklik yapmayı seçtiğinizde sabır önemlidir çünkü insanız ve zayıf yönlerimiz vardır. Bazen sağlığınızı tamamen iyileştirmek veya hedefinize ulaşmak zaman ve çaba gerektirir.

HİÇBİR ŞEY ÇALIŞMADIĞINDA

İnsanoğlunun bildiği her çareyi denediğiniz halde hâlâ acı çektiğinizi mi hissediyorsunuz? Bu, yürek parçalayıcı ve sinir bozucu olabilir ve pes etme isteği uyandıran anlara neden olabilir. Dikkate alınması gereken faktörlerden biri, insanların vücutlarının mükemmel olmamasıdır. Çoğu zaman sahip olduğumuz zayıflıkların bir amacı vardır, deneyimle kazanılacak bir şeyler vardır. Eğer açıksanız ve görmeye istekliyseniz, bunda bir umut ışığı veya bir lütuf olabilir.

Hastalarıma şunu derdim: “Eğer bu durumdan öğrenmeniz gerekenleri öğrendiyseniz ve Allah isterse, iyileşmemeniz için hiçbir neden yok.” Yaşamın amaçlarından biri öğrenmektir. Eğer bu sizin için bir olasılıksa, siz ya da konunuz henüz belirli bir dersi öğrenmemişse, şu soruyu düşünün: "Bu sorun bana bir şey öğretmek için mi burada?"

Kendi dengesizliklerinizin yaklaşık yüzde 90'ını düzeltebileceğinizi veya ortadan kaldırabileceğinizi bilmek de önemlidir. Ancak büyük ihtimalle hiçbir zaman tek başınıza yüzde 100'e ulaşamayacaksınız. Bir başkasının size yardım etmesi gerekebilir. Bazı şeyleri kendi başınıza bulamayabilirsiniz. Ayrıca, başka bir uygulayıcıyla düzenli olarak çalışmak, birbirinizden öğrendikçe başlı başına devam eden bir eğitimdir.

26

TÜM YAŞLARLA ÇALIŞIYORUZ

Benim için maneviyat, eylem halindeki sevgi anlamına gelir. Yani eğer aşk için çalışıyorsan, o zaman sen bir manevi kişi.

— ADAMS YAMA

Başkaları acı çekerken onlara yardım etmek için kendinizi çekici hissediyorsanız, muhtemelen bir şifacısınız! Başkalarını desteklemenin ve sunduklarınızla dünyaya katkıda bulunmanın birçok farklı yolu vardır.

Geliştirebileceğimiz en önemli yetenek ve becerilerden bazıları başkalarına yardım etmemizi sağlayanlardır. Yardım etmek, teşvik etmek, fark yaratmak ve acıyı dindirmek istiyoruz. Sevilen biri zihinsel veya fiziksel olarak incindiğinde çaresiz hissetmenin yarattığı hayal kırıklığını hepimiz biliriz. Beden Kodu Sistemini nasıl kullanacağınızı öğrenmek, başkalarının hayatında fark yaratmanız için size güç verecektir. Başkalarına hizmet ettikçe kendinize şifa bulacağınızı da keşfedeceksiniz. Sevginin ve ışığın enerjisini başkalarına getirmek sizi değiştirecektir. Bu karşılıklılık yasasıdır. Bir arkadaşım bunu şöyle ifade etti: "Ekmeğinizi suya atın, kızarmış ve tereyağlı olarak geri gelecektir."

Her ne kadar kulağa hoş gelse de, başkalarının daha mutlu, daha sağlıklı yaşamlar sürmesine yardımcı olmak ve kendiniz için daha fazla huzur bulmak sizin açınızdan biraz çaba gerektirir. İlk olarak, gerçekten bir fark yaratabileceğinize inanmak cesaret ister. İkincisi, özellikle yardım etmek istediğiniz kişiyle acı çekiyorsanız, henüz gerçekleşmemiş bir iyileşme için şükran ve neşe toplamalısınız.

Belki de bu işin en büyük zorluğu bunu inançla yapmaktır. Acı çekenlere acımak ve onlar için çok kötü hissedeceğiniz kadar derin bir empati kurmak yerine, umudun ve olasılığın neşesini getirebilirsiniz. Başkaları için canlı sağlığın ve mükemmel uyumun duygu ve enerjisini taşıdığınızda, onları bir bütün ve bütün olarak görerek, henüz kendileri için sahip olmadıkları enerjiyle dönüşmelerine yardımcı oluyorsunuz.

Her şeyin mümkün olduğunu ve yalnızca sizden çok daha büyük bir gücün, sevdikleriniz için de huzur ve sağlık isteyen bir gücün kanalı olduğunuzu bilin. Çalışmanıza güven, sevgi ve şükran alanında başlayın.

Bu konuda “iyi” olmanıza gerek yok. Pek çok harika plan, birisi başlamaya istekli olmadığı için asla gerçekleşmez. Bu sevgi işini yapan herkes, yalnızca bir miktar inançla ve bunu yapmak için mütevazı bir ilk adımla işe başlamıştır. Eğer tüm bunları kendi gücünüzle, kendi yeteneklerinizle ve yeteneklerinizle yapıyorsanız, o zaman bilinçli ve endişeli olmanız gerekir. Ama sen değilsin. Bunun yerine yalnız olmadığınızı bilin.

Bu yöntem, önce Yüksek Gücünüzden yardım istemenize ve ardından bunun işe yarayacağına dair inançla hareket etmenize dayanmaktadır. Bunun işe yarayacağına inanmak için her türlü nedeniniz var ve şifanın gerçekleştiği araç olacak kadar şanslı olduğunuz için minnettar olabilirsiniz.

Pratik yaptıkça yetenekleriniz artacak ve hizmet ettiğiniz herkes için harika bir hediye olacaksınız.

Birleşik Krallık'ta bir kadın, Beden Kurallarını kullanarak başkalarına hizmet etmek istiyordu, ancak kendinden şüphe duyması onu geçmişte başka değerli girişimlere başlamaktan alıkoymuştu ve depresyonunun onu bunu yapmaktan alıkoyacağından emindi. Kalp Duvarını serbest bırakarak kendi işini yaptı ve sonrasında yeni bir hayata kavuşmuş gibi hissettiğini söyledi. “Her geçen gün kendimi daha iyi hissediyorum ve hayata karşı daha olumluyum. Sadece inanmakla kalmıyorum, bir Duygu Kodu uygulayıcısı olarak büyük bir başarı elde edeceğimi de biliyorum.”

Daha sonra, başkalarının mutlu, tatmin edici hayatlar yaşamasına yardımcı olarak günlük olarak yarattığı farklılıklara ilişkin aşağıdaki örnekleri anlattı.

Birleşik Krallık'ta Fark Yaratmak

O kadar çok başarı hikayem oldu ki, bu beni şaşırtıyor. Kayınvalidemin orta parmağında kireçlenme vardı; onu zorlukla bükebiliyordu. Bunu bir pençe gibi tanımladı. Benimle yaptığı bir seanstan sonra yumruğunu tamamen kapatabildi. Çok şaşırmıştı.

Kuaföre gittim ve stilistimin kuyruk kemiği ağrıyordu. Bir buçuk yıl önce oğlunu doğurduğundan beri canının acıdığını anlattı. Başımda rengim varken kendisine bir seans verdim ve ağrıları tamamen ortadan kalktı. O kadar heyecanlandı ki faturamın yarısını bana verdi.

Dizinde kıkırdak olmayan sevimli bir bayanla vekaleten online seans yaptım. Merdivenlerden inerken acı çektiği ve spor salonunda gerçekten mücadele ettiği noktaya kadar artmıştı. Daha önce maraton koşmuştu ve koşmaya geri dönmek için sabırsızlanıyordu. Seanstan otuz dakika sonra merdivenlerden yukarı ve aşağı koşuyordu!

- SolC., Kkbb, sennitedkingdom

İnsanlar dünyanın fiziksel olarak neresinde olursa olsun, Beden Kodunu kullanarak onlara evinizden yardımcı olabilirsiniz. Ayrıca fiziksel olarak yanınızda olan biriyle de çalışabilirsiniz. Bir başkasına şifa getirmenin bundan daha erişilebilir veya daha kolay olabileceğini düşünmüyorum.

Bir başkasının başarısı için yapabileceğimiz en önemli şey onun ilerlemesine engel olan engelleri ortadan kaldırmaktır. Biz onlar adına karar vermiyoruz. Hala yapmaları gerekeni yapmak zorundalar ve biz de engel olan elimizden geleni kaldırıyoruz.

Her ihtiyaç belirli bir hastalık ya da zorlukla ilgili değildir. Bazen kendimizi sıkışmış hissederiz ya da neşeden yoksun kalırız. Marianne, ailesiyle gerçek bağı bulmasına yardımcı olan Beden Koduyla ilgili ilk deneyimini paylaştı.

Sıkışmaktan Kurtulmak

İlk Beden Kodu seansımda, miras kalan bazı tutsak duyguları serbest bıraktık, ancak en büyük değişiklik, "sıkışıp kaldım" yayın mesajımı yayınlayıp "sevgi"yi tekrar yerleştirmemle geldi.

sağ böbreğimle ilişkilendirilen "reddedilme" fikrine karşı alerjimi serbest bıraktı.

Seanstan sonra annemi aradım. İlk defa ona karşı bir duvar ya da engel hissetmedim. Kocama karşı daha fazla açıklık ve sevgi hissediyorum. Seanstan sonra gülümsemeden duramadım. Artık tanımadığım insanlara karşı daha açık oluyorum. Ama belki de benim en büyük genel değişikliğim Yüksek Güce karşı tutumumla ilgili. Orada olduğunu biliyordum ama hissedemiyordum. Artık hissedebiliyorum. Bu dünyada çok fazla sevgi var.

- MARIANNES., S.ÇIKIŞDAKOTA, senNİTEDSTATES

Hayatın en büyük hazinelerinden biri, başkalarına ve İlahi Olan'a duyulan sevginin sevincini hissetmektir. Çoğu zaman, engel olan tek şey dengesizliklerdir.

Beden Kodu hayatımızın herhangi bir noktasında bize yardımcı olabilir, hatta rahimdeyken bile, gerçekten çok özel bir zamanda. Başkalarına yardım etme sevgisine ve niyetine sahip olduğumuzda, bazen bir sonraki hikayede olduğu gibi, bir sonucu etkilemek için neler yapabileceğimize sevinir ve şaşırırız.

Doğuma Hazırlanmak

Arkadaşım bebeğini doğuracaktı ama bir endişesi vardı. Bebek arka taraftaydı (yüzü yukarı dönüktü) ve doğuma başlayabilmesi için ters dönmesi gerekiyordu. Bebeği döndürmeye çalışmıştı ama işe yaramıyordu ve zaten doğumun başladığının sinyali olan ağrılı kasılmalar yaşıyordu. Beden Kodu seansı yaparak bebeğin ters dönmesini sağlamamı isteyip istemediğini sordum.

O akşam onun izniyle kendisi ve bebek üzerinde vekaleten çalıştım. Bebeğin doğumla yüzleşmekten korktuğunu keşfettim, bu yüzden sıkışıp kalan enerjinin bir kısmını uzaklaştırdım ve enerjik bir şekilde bebeğe artık dönmesinin güvenli olduğunu söyledim. Ertesi gün arkadaşım bana mesaj atarak kestirdikten hemen sonra bebeğinin ters döndüğünü söyledi. Sekiz gün sonra çok sağlıklı bir bebek dünyaya getirdi. Beden Kodunu kullanmanın ne inanılmaz bir nimeti ve yolu!

— KRİSTİD., ALaska, senNİTEDSTATES

Başkalarının hayatında, kendi başlarına bulamayacakları şifa ve ferahlık getiren o özel kişi olabilirsiniz. Dengesiz enerjilerden kurtulmak birçok insanın hedeflerine ulaşmasına, tam sağlığa dönmesine, sonunda fazla kilolarından kurtulmasına, aşkı bulmasına ve daha bereketli hayatlar yaratmasına yardımcı oldu. Bu çalışmayı yapmak size ve sevdiklerinize yeni bir netlik duygusu, yeni bir iç huzur ve daha önce başka hiçbir şeyin sağlayamadığı derin bir iyileşme getirebilir.

BEDEN KODUNU BAŞKALARINA NASIL AÇIKLAYACAĞIZ

Beden Kurallarını açıklarken insanlara ne söyleyeceğinizden emin değilseniz, işte size yardımcı olabilecek bir açıklama:

"İnsanların daha iyi çalışmasına ve daha iyi hissetmesine yardımcı olmanın hızlı ve kolay bir yolunu öğreniyorum. Vücudun kendini iyileştirebileceği bir duruma dönmesine yardımcı olur. Beden Kodu hem fiziksel hem de duygusal sorunlar için işe yarar. Birlikte deneyebileceğimiz birkaç dakikanız var mı?"

Çoğu zaman, bu basit tanıtım ve davet, bir kişinin denemeye istekli olması için gereken tek şeydir. Bundan daha fazla bilgi isteyen biri için şu şekilde devam edebilirsiniz:

"Vücudunuz kendi kendini iyileştiriyor. Sorununuzun ne olduğunu ve en iyi şekilde çalışmanız için gerçekte neye ihtiyacınız olduğunu mükemmel bir şekilde bilir. Beden Kodu bu ihtiyaçları nasıl 'çözeceğimizi' gösterir. Sorunlarınızın altında yatan nedenleri belirlemek ve bunları ortadan kaldırmak veya başka neye ihtiyacınız olabileceğini bulmak için ortak niyetimizi kullanabiliriz. Bu tekniğin herhangi bir tıbbi tedavinin yerini alması amaçlanmamıştır, ancak altta yatan dengesizlikleri düzelterek vücudun doğuştan gelen kendi kendini iyileştirme yeteneğinin devreye girmesine yardımcı oluyoruz. Ve pek çok kişi, bu iyileşme sürecinin geçmiş travmaların veya üzüntülerin özel ayrıntılarını paylaşmanızı gerektirmediğini takdir ediyor.

Birisi bir oturumdan önce veya sonra daha fazla bilgi edinmek isterse, ona kitabı okumasını veya ikisinden birinin sesli kitabını dinlemesini önerebilirsiniz.*Duygu Kodu* veya*Gövde Kodu*ya da her ikisi de. Okuması veya dinlemesi kolaydır ve büyüleyici gerçek hikayeler ve yöntemlerin açıklamalarıyla doludur. Bu, insanların kaygılarının üstesinden gelmesine yardımcı olur ve onlara bunun nasıl çalıştığını anlamaları ve hatta kendi üzerlerinde denemeleri için zihinsel bir çerçeve sağlar.

Eğer "enerji çalışmasına" aşina olmayan biriyle konuşuyorsanız şu temel açıklamaya benzer bir şey paylaşabilirsiniz:

“Kuantum fizikçileri bir asırdan fazla bir süredir bize insan bedeninin aslında çok karmaşık bir enerji alanı olduğunu söylüyorlar. Sadece mevcut bilim değil, aynı zamanda antik dünyanın başlıca şifa yöntemleri de bu enerji alanının yeniden dengelenmesi etrafında dönüyor. Beden Kodu, bedenin enerji alanında denge yaratmak için kuantum fiziğinin gücünden yararlanmamıza izin veren bir sistemdir.”

ASLA İDDİA YAPMAYIN

Beden Kurallarını başkalarıyla tartışırken, özellikle de bir seans sırasında, kelimelerinizi dikkatli seçtiğinizden emin olun. Ruhsatsız hekimlik yapıyormuş gibi yanlış anlaşılmak istemezsiniz. Sizin ya da Beden Kodu Sisteminin herhangi bir şeyi iyileştirebileceği ya da iyileştirebileceği ya da acıyı dindirdiği yönünde herhangi bir iddiada bulunmayın. Ruhsat sahibi, sertifikalı bir tıp uzmanı olmadığınız sürece kesinlikle teşhis koymayın. Bunun yerine, "Beden Kodu daha iyi hissetmenize ve rahatsızlığınızı gidermenize yardımcı olabilir" gibi bir şey söylemeyi deneyin. Hiçbir garanti vermeyin. Bunun yerine, “haydi deneyelim” yaklaşımıyla bunu birlikte yapın.

NEREDEN BAŞLAMALI

Birisi üzerinde çalışmaya hazır olduğunuzda açık fikirli, sabırlı ve pozitif olmayı unutmayın. İzin isteyin ve kişinin oturumla ilgili sorunları veya hedefleri neler olabilir.

Yukarıdan yardım istemek için bir dakikalık saygı duruşunda bulunmayı, üzerinde çalıştığınız kişiye kalbinizde sevgi beslemeyi ve bunun onun için işe yarayacağına dair şükran niyetini taşımayı unutmayın.

Yaşlılardan yetişkinlere ve çocuklara kadar herkes üzerinde izin alarak çalışabilirsiniz. Aşağıdaki bölümlerde insanların her yaştan başkalarına yardım etmek için Beden Kurallarını nasıl kullandıklarına dair gerçek hikayeleri okuyacaksınız.

ATALARIN BAKIMI

Dengesizlikler her zaman kendi içimizde başlamaz. Bazen dengesizlikleri, özellikle de tutsak kalmış duyguları ebeveynlerimizden, büyükanne ve büyükbabalarımızdan veya herhangi bir atamızdan miras alırız. Epigenetik adı verilen bir bilim alanı şunu kanıtlıyor:

travma bir nesilden diğerine aktarılabilir ancak nasıl gerçekleştiğini tam olarak açıklayamaz.

Popüler "fareler ve kiraz çiçeği deneyi" atalar ile kalıtsal travma arasındaki bağlantıyı gösteriyor. Bir grup fareye, kafeslerine her kiraz çiçeği kokusu pompalandığında hafif bir şok verildi. Zamanla, şok verilmese bile aynı kokuya karşı korku tepkisi geliştirdiler. Travma geçiren farelerin spermleri, kokuya, şoka maruz kalmayan ve kokudan korkmayan dişi farelere yapay olarak döllendi. Ancak bu annelerden doğan yavru fareler, babalarıyla hiç tanışmamış olmalarına rağmen içgüdüsel olarak kiraz çiçeği kokusundan korkuyordu.

Bazen sorunlarımızın kökleri kalıtsaldır. Bunlar keşfedildiğinde önümüze özel bir fırsat çıkıyor.

Bu hikayede Izabela, miras aldığı duygusal engelleri tespit edip ortadan kaldırmanın hayatını nasıl değiştirdiğini anlatıyor.

Büyükbabanın Sorunlarını Üstlenmek

Uzun zamandır sıkışıp kaldım. Ya da belki daha iyi bir kelime geri tutulur. Mesleki ve özel hayatımda bazı cesur kararlar almam gerekiyordu. Bir Beden Kodu seansı sırasında, hepsi bana büyükbabamdan miras kalan üç olumsuz duygudan oluşan bir Kalp Duvarı bulduk. Ben doğmadan önce öldüğü için onunla hiç tanışmadım. Ancak bu çalışmayı yaparken sonunda onunla bağlantı kurduğumu hissettim; bedeniyle değil ruhuyla. Onu ilk kez bu kadar yakın ve kişisel bir şekilde hissediyordum. Bu zor enerjileri ortadan kaldırmak, kendi cesaretimin ve karar vermemin kapısını açmak gibiydi. Sonunda kendi başıma işletme web sitemi oluşturdum. Çocuklarımla ve kocamla ilişkilerimi geliştirdim.

- BENZABELAC., WARSAV, PÖLANDA

İçindeDuygu KoduKitapta, miras alınan tutsak duygularla nasıl çalışılacağını ayrıntılı olarak anlatıyorum. Atalardan miras alınan veya aktarılan en yaygın dengesizlik türü tutsak kalmış duygular olsa da, diğer enerjilerin de miras alınması mümkündür. Bu hikayede Vickie, sorusunun cevabını beklenmedik bir şekilde buldu.

Konuşmayan

Babamın yüksek tansiyonunu veya hipertansiyonunu çözmek için deli gibi çalışıyordum. Beden Yasası ile birçok şeyi ondan arındırdık, o da doğal tedaviler kullanıyordu ama yine de yeterli olmadı. Bu yüzden dua ettim ve cevap uykumda bana geldi. Onu kontrol etmem ve hipertansiyonunun nedeni olan kalıtsal bir tutsak duyguyu ortadan kaldırmam gerekiyordu. İşe yaradı! Artık hipertansiyonunun olmadığını ve doktorunun suskun kaldığını söylemekten mutluyum. Tüm bunların nasıl çalıştığını ve her şeyin bir araya gelmesini seviyorum. Harika hediyeniz için teşekkür ederim.

—VICKIEB., MISSURİ, senNİTEDSTATES

Bu dengesizlikleri sadece kendimizden uzaklaştırmakla kalmayız, aynı zamanda bu çalışmayı yaparak onları atalarımızdan ve hatta aynı yıkıcı enerjiyi miras almış olan çocuklarımızdan da uzaklaştırmış oluruz.

Atalarımıza bağlıyız. Bazen onların dengesizlikleri ve travmaları bize aktarılıyor. Bu tür bloklar keşfedildiğinde, ölen ailenin ilerlemesine yardımcı olmak için benzeri görülmemiş ve kutsal bir fırsata sahip oluyoruz. Tutsak kalmış duyguları sıklıkla bizimle paylaşılır ve hem bizi hem de onları etkiler. Bir sonraki hikayede atalar, kendilerinin yapamayacağı bir şey olan, kendileri adına yapılan çalışmalar için teşekkürlerini paylaştılar.

Tüm Akrabalardan Tutsak Kalmış Duyguları Serbest Bırakmak

Öfke sorunları ve ciddi alerjilerle mücadele ettiğim bir müşterim vardı. Diğer dengesizliklerin yanı sıra, miras kalan, tutsak kalmış bir "kaybolma" duygusunu da serbest bıraktık. İşte ilginç hikaye de burada başladı. Miras alınan bu enerjinin, insanların Afrika'dan köle gemileriyle getirildiği döneme kadar uzandığı ortaya çıktı. Erkek atası, ailesinden koparılıp Yeni Dünya'ya getirilmesi sonucu 'kayıp' duygusunu hapsetmişti.

Bunu müvekkilimden ve ona miras kalan tüm akrabalarından serbest bıraktım. Vahşiydi! Ofisim bu varlıklarla doluydu. Müvekkilim de benden yaklaşık otuz dakika uzaktaki evinde de aynı şeyi hissetti. Çok güçlüydü. Gözyaşları içindeydi! O

daha sonra bana, o andan itibaren hayatında beklemesi için hiçbir nedeni olmayan çok sayıda "hediye" aldığını söyledi. Bu hediyelerin tüm bu insanlardan geldiğini bildiğini ve bu tutsak "kayıp" duygusunu serbest bıraktığı için kendisine teşekkür ettiğini söyledi. Bu deneyimin gücünü ve şifasını sonsuza kadar hatırlayacağım! Medeniyetimizin karanlık bir döneminde kalmış pek çok güzel insanın restorasyonunun bir parçası olduğum için çok minnettarım.

- DEBORABaşbakan, FLORİDA, senNİTEDSTATES

Atalarımızın bu işi bildiğine ve bu işi kendileri için yapmamızı bekliyor olabileceklerine inanıyorum. Yıllar geçtikçe, üzerinde çalıştığım biri için kalıtsal bir duygu ortaya çıktığında, bazen doğrudan hat atalarının odada bu duygunun kendilerinden de serbest bırakılmasını bekleyip beklemediklerini soracağım. Cevap her zaman evet! Tutsak kalmış duygu serbest bırakıldığında, ataların hâlâ odada olup olmadığını sorarım ve bulup onlardan salıvereceğimiz daha fazla şey olmadığı sürece genellikle hayır yanıtı alırım. Bagajlarını teslim etmek için geldiler ve tamamlanınca ayrıldılar. Patti'nin bir sonraki hikayede açıkladığı gibi, diğerleri de durumun böyle olduğunu düşünüyor.

Yardım isteyen Atalar

Beden Yasası ile kendi ağrılarımı ve sızılarımı temizleyerek atalarımın sorunlarıyla çalışma konusunda önemli bir deneyim kazandım. Çoğu zaman, kalıtsal olarak edinilen tutsak kalmış bir duyguyu bulduğumda, tüm vücudumda karıncalanmalar ve çoğu zaman gözyaşlarına varacak kadar yoğun bir şükran duygusu hissederdim. Merhum büyükannemin veya birlikte çalıştığım kişinin orada olduğuna ve yardım için minnettar olduğuna ikna oldum. Kendime “zaman harcamak” zorunda kaldığım rahatsızlık ve sıkıntı olarak başlayan şey, atalarım ve benim için büyük bir lütuf ve onlarla anlamlı bir bağ haline geldi.

Mesela sol başparmağım ağrımaya başladı. Büyükannem, eklemleri kaynaştıran ve kemikleri deforme eden romatoid artritten çok acı çektiğinden, sonunda benim de artrit geçirip geçirmeyeceğimi merak ediyordum. Büyükannemin elleri boğumlu ve pençe gibiydi. Hayatının çoğu son derece zordu. Başparmağım üzerinde çalışmaya başladığımda, miras kalan duygular temizlenmek üzere ortaya çıkmaya başladı ve

ölen büyükanne ve büyükbabaların varlığını hissederek olağanüstü deneyimler.

Atalarımın yardım için sıraya girdiğini anlamam uzun sürmedi. Hepimizin kendini bırakıp ilerlemesine yardımcı olacak becerilere sahip olduğum söylentisi yayılmış olmalı. Kendi bedenimdeki her zorluk, sadece kendimdeki dengesizlikleri ortadan kaldırmak için değil, aynı zamanda atalarıma da yardım etmek için bir fırsattı.

Artık rahatsızlıklarımı veya acılarımı endişe verici olarak görmüyorum. Bunun yerine sadece gülümsüyorum ve yapacak işlerim olduğunu ve atalarımın yardım edeceğini umuyorum. Kendimi her zaman çok iyi hissetseydim asla ailem için bu işi yapmazdım. Nereden başlayacağımı bilmiyordum. Artık ağrılarımın ve acılarımın daha önce hiç hayal etmediğim bir amaç ve anlamını ve onları sadece kendimden değil atalarımdan da salıvermenin bir yolunu görüyorum.

- PATTIR., UTAH, senNİTEDSTATES

Ne zaman kalıtsal dengesizlikler bulsak ve onları salıversek, atalarımıza hizmet etmiş oluyoruz. Bu çalışmayı yaparken onlarla bir bağ hissetmesek bile, siz yolunuza çıkan miras alınmış tutsak enerjileri serbest bırakırken onların ne kadar rahatladığını hayal edin. Atalarınız gerçek hayatlar yaşayan ve zaman zaman gerçek mücadeleler veren gerçek insanlardı. Aşağıdaki hikayede, birbirine aşık genç bir çiftin evlenmesi uzun zaman önce engellenmiştir.

Kalbi Kırık Ata

Hayatımın çoğunda süregelen üzüntüyle mücadele ettim. Profesyonel yardım için para ödeyemezdim. Böylece Dr. Nelson'ı izlemeye başladım, kitabını okudum ve kendim üzerinde çalıştım. Ne yaptığımı bilmiyordum ama ne kadar çok deneyip pratik yaptıysam, kendime o kadar çok yardım edebildim.

Bir gün babamdan miras kalan bir tutsak duyguyu buldum. Bunu babasından miras aldı ve bu şekilde yirmi nesil boyunca baba soyundan devam etti. Bu adamın bir kadına aşık olduğunu ancak sosyal statüsünden dolayı onunla evlenemediğini öğrendim. Onu serbest bıraktım ve yatağa gittim.

Ertesi gün bunu kız kardeşim June'a söylediğimde şöyle dedi: "Olmaz! Dün miras kalan bir duygunun, kıskançlığın bir erkekte sıkışıp kaldığını buldum.

yirmi nesil önce, hepsi baba tarafında. O ve bir kadın birbirlerine aşık olmuşlar ve evlenememişlerdi çünkü ailesi onun daha yüksek sosyal statüye sahip bir adamla evlenmesini istiyordu! Şaşırdık! June o tutsak kalmış kıskançlık duygusunu serbest bıraktığında, bu duygu yatışıncaya kadar bir dakika kadar ağladı, sonra hayret içinde oturdu. Bu eserin ilham kaynağı olduğuna dair herhangi bir şüphe varsa o gün ortadan kaybolmuştur.

Yıllar sonra ilk kez bu üzüntüden artık kurtuldum ve başarılı olmak için yeterince akıllı ya da güçlü olmadığıma inanmamı sağlayan duygusal yüklerle dolu bir Kalp Duvarından kendimi kurtarmayı başardım. aileme destek ol. Artık denemekten korkmuyorum.

- MICHELLEM., ALBERTA, CANADA

YAŞLILARI GÜÇLENDİRMEK

Anne babamızın yaşlanmasını ve değişimini izlemek korkakların harcı değildir. Onları derinden seviyoruz ve özellikle hasta olduklarında veya acı çektiklerinde onlar için elimizden geleni yapmak istiyoruz. Çoğu zaman anlayamadığımız şey, yaşlıların bilinçli ya da bilinçsiz olarak miraslarını anlama çabası içinde olduklarıdır. Yaşamlarının anlamını ve öldükten sonra yaşayacak anıları zihinsel olarak bir araya getiriyorlar.

Kendi hayatlarının çok fazla bir anlam ifade etmediğini veya olabileceği tek şey olmadığını düşünüyorlarsa veya yaptıkları hataların çocuklarını olumsuz etkilediğini şiddetle hissediyorlarsa, bu son derece acı verici bir süreç olabilir. Yaşlılarımızla olan bağımız, sevgi gösterimiz onların ileriki yaşlarında hayati önem taşıyor. Şefkatimize, ilgimize ihtiyaçları var ve bizim tarafımızdan onurlandırıldıklarını ve sevildiklerini hissetmeye ihtiyaçları var. Ancak bunun bazen zor olmasının birçok nedeni vardır. İlişkileri derinleştirmenin ve birbirinizle paylaşacak şeyler bulmanın basit bir yolu, Beden Kurallarının birlikte çalışmasını sağlamaktır.

İleriki yıllarda mutluluk ve memnuniyetlerine yönelik birçok engeli kaldırmalarına yardımcı olabiliriz. Elbette fiziksel sorunlar daha sık yaşanabilir. Rahatlamalarına yardımcı olan kişi olmak çoğu zaman bağlayıcı ve neşelidir. Umut, ilerlemenin en büyük motivasyon kaynağıdır ve bu umudu siz de getirebilirsiniz. İşte yaşlı sevdiklerimize umut ve neşe getiren birkaç gerçek hikaye.

Çoğumuz bir tür demans hastası olan biriyle tanışmış veya onu sevmişizdir. Bu hikayede bir doktor Beden Kuralları ile neyin mümkün olabileceğini paylaşıyor.

Alzheimer Geri Dönebilir mi?

Yaşlı müşterimle çalışmaya başladığımda hiçbir soruma cevap veremiyordu. Yirmi dört saat gözetime ihtiyacı vardı ve kendisine bir bardak su almak gibi basit görevleri yapamıyordu. Paranoyak ve hayal görüyordu. Arkadaş edinmekte zorluk çekiyordu ve çok yalnızdı.

Beden Yasası ile birlikte üç buçuk ay çalıştıktan sonra artık sohbetlere katılabiliyor ve kendi suyunu alabiliyor. Düzenli olarak çöpü çıkarmak ve hatta geri dönüşüm yapmak gibi kendine başka şekillerde baktığı söylendi!

Daha önce gözetim olmadan alışveriş yapamıyordu ama artık bir sakinle birlikte gidebiliyor. Emekli topluluğuyla kolayca arkadaş oluyor ve tüm etkinliklere katılıyor. Sanrıları ve paranoyası yaklaşık yüzde 75 oranında azaldı. Birlikte daha fazla iş yaptıkça bunların azalmaya devam edeceğini umuyorum ve umuyorum.

Sinir bilimi ve epidemiyoloji alanındaki doktora araştırmam Alzheimer hastalığı üzerineydi. O zamanlar yapabileceğimiz en iyi şeyin hastalığın ilerlemesini durdurmak olduğuna inanıyorduk. Artık bunun tersine çevrilebileceğinden şüphelenmeye başlıyorum!

- Dr. TiçindeH., PhD, Washington, sennitedStates

O yüzden size söylenen her şeye inanmayın. Enerji veya yenilenme hakkında bilinmesi gereken her şeyi anlamıyoruz, ancak görünen o ki iyileşme çoğu zaman başkaları öyle düşünmediğinde mümkün oluyor.

Bazen yardım etme fırsatına sahip olduğumuz kişiler kendi ebeveynlerimizdir. Bir sonraki hikayede Beth babasına büyük ölçüde yardım etti.

Büyük Bir İnme

Dr. Bradley Nelson'a çok teşekkür etmek ve bu hikayeyi paylaşmak istiyorum. Babam büyük bir felç geçirdikten sonra "ölmek üzere" veya "lahana gibi hayatta kalacak" durumundan "normale dönüş" durumuna geçti! Çalıştım

Babamı kurtarmak için diğer birçok Beden Kodu ve Duygu Kodu uygulayıcısıyla birlikte arka arkaya çalıştım. Eğer erkek olarak geri dönmezse gitmesine izin verelim diye dua ettim. Bu yapılması en zor şeydi. Yine de yürüyor, konuşuyor ve hatta bir aile cenazesine gitmek için trene binmek istiyordu.

Şaşırdım! Bu her zaman oluyor... Şaşırmayı asla ihmal etmiyorum. Seninle tanıştığım ve seninle eğitim aldığım için sonsuza kadar minnettarım ve çok mutluyum. Bu olağanüstü hayat kurtarıcı ve hayat değiştiren enerji uygulaması işe yarıyor!

O sadece hızla iyileşmekle kalmıyor, aynı zamanda ailemin geri kalanı gibi işime inanmamaktan inançlı biri haline geldi. Size, Dr. Brad'e, sizi destekleyen herkese ve tüm uygulayıcı arkadaşlara teşekkür ederiz. Ben mucizelere inanıyorum!

- BETHF., H.ERTFORDSHİRE, senNİTEDkINGDOM

Yaşlılarımız ister anne babamız, ister büyükanne ve büyükbabamız olsun, ister başkasının olsun, sizin yardımınızdan faydalanacaklar.

ÇOCUKLARA YARDIM

Bir ebeveyne veya bakıcıya, bir çocuğun duygusal ve fiziksel sorunlarına yardımcı olma yeteneğinden daha büyük bir hediye verebilirsiniz. Bu ister yüz yüze ister uzaktan olsun, daha büyük sağlık sorunları olan veya sağlıksız davranışlar kadar basit bir sorunu olan bir çocuğa yardım edecek beceri ve araçlara sahip olmak son derece güçlendirici ve alçakgönüllü bir durumdur ve gördüğümüz gibi, çoğu zaman hızlı ve basit bir şekilde çözülebilir. bu sonraki hikayede.

Ayrılık Kaygısı

Altı yaşındaki çocuğum ilk Duygu Şifresi seansını yaptı ve uygulayıcıdan, babasıyla yaşadığı ayrılık kaygısına ve sağlıksız "muhtaçlığa" odaklanmasını istedim. Ne zaman evde birlikte olsalar, oğlum sürekli ilgi göstermesi için yalvarıyordu ve babası onsuz evin başka bir odasına girse bile çok üzülüyordu. Bu davranış hafta sonları daha da kötüydü, bu yüzden seansın ertesi günü, yani cumartesi günü, görmek hoş bir sürpriz oldu.

babasının eğlenmesine gerek kalmadan birkaç saat boyunca bağımsız olarak oynadı. Ayrıca büyük bir yaratıcılık patlaması yaşadı ve tüm hafta sonu boyunca en güzel ve yaratıcı sanatı yarattı! Kız kardeşine karşı neşeliydi, cömertti ve karşılığında hiçbir şey beklemeden babasına karşı sevgi dolu şefkatliydi. Bu ailemiz için gerçekten mucizeviydi!

- STEFANİEW., NEBRASKA, senNİTEDSTATES

Ebeveyn olmak, özellikle çocuğunuz mutlu olmadığında ağır bir sorumluluk olabilir. Pek çok çocuk zaman zaman içine kapanık, gizemli ve iletişimsiz hale gelir ve bunun her zaman bir nedeni vardır. Ancak çocuk sizinle paylaşımda bulunmadığında ve hatta sizinle bağlantı kurmadığında yardım etmek gerçekten zordur. Bu bizi çaresiz, sinirli ve hatta öfkeli hissettirebilir. Bu şekilde hissetmenin doğal olduğunu kabul etmek ve duygularımızı kontrol altında tutmak önemlidir, böylece çocuklarımızın kendilerini güvende hissetmelerine yardımcı olabiliriz.

Çocuklar ev ödevleri, notlar ve akran baskısına ek olarak bazı büyük stres etkenleriyle de karşı karşıya kalırlar. Zorbalığa, ilişkilere, geleceğe ve genel öz değere ilişkin endişeler daha fazla stres katmanı oluşturur.

Çocuklarda nörolojik bozukluklar her zamankinden daha sık görülüyor. Otizm, Asperger hastalığı, DEHB, ADD, panik bozuklukları ve çok daha fazlası ailelerin sınırlarını zorluyor. Beden Kurallarının birçok çocukta bu sorunları iyileştirdiğini gördüm.

Duyusal İşleme Başarısı

Kızıma duyusal işlemleme bozukluğu tanısı konduğunda iki yaşındaydı. İki yıllık terapiden sonra bile hâlâ uyuyamama ve gecenin ortasında korkunç krizler geçirme sorunuyla karşı karşıyaydı. İkinci Beden Kodu seansında ondan salıverdiğimiz duygular, negatif bağlar ve diğer sorunlar inanılmazdı. Kızımın yüzündeki değişikliği, yaşama sevincini ve yaptığı her şeyde yaydığı neşeli enerjiyi görebiliyordum. Seanstan sonraki gece, yatakta yattıktan sonra iki dakika içinde uykuya daldı ve bütün gece huzur içinde uyudu! Hala yapacak daha çok işimiz olduğunu biliyorum ama bu kızım ve ailemiz için en büyük nimet.

- StefanieW., Nebraska, sennitedStates

Bazı durumlarda, özellikle iki ya da üç yaşına kadar konuşmuyorsa, bir çocuğun otizm spektrumunda olduğuna inanabiliriz. Gerçekte bu, Deborah'nın bir sonraki hikayede bulduğu gibi, tutsak kalmış duygular kadar basit bir şey olabilir.

Öfke ve Konuşma Sorunları Ortadan Kalktı

İki buçuk yaşında, konuşmayan bir çocuk üzerinde uzaktan çalıştım ve onun ciddi bir öfke sorunu vardı. Ailesi çok endişeliydi. Üç yaşındayken onu bir konuşma terapistine götürmeyi planlamışlardı.

Onun üzerinde üç seans yaptım ve neden konuşmadığına dair tüm tutsak kalmış duyguları ve buna bağlı dengesizlikleri tespit edip serbest bıraktım. Üçüncü seansı bitirdiğimin ertesi sabahı, bu bebek sadece konuşmaya başlamakla kalmadı, babası onu kreşe götürürken arabada şarkı söylemeye de başladı! Şarkı söyleme ve konuşma herkesi hayrete düşürerek devam etti.

Üstelik birkaç gün içinde annesinin yanına giderek küçük kollarını bacaklarına dolayarak "Seni seviyorum!" dedi. Daha önce hayatında hiç böyle bir şey yapmamıştı. Öfkesi gitmişti! Bu aile bu gelişmeden çok mutlu oldu.

- DeboraBaşbakan, Florida, sennitedStates

Eşim ve ben yıllar önce kendi çocuklarımız uyurken çok kolay bir şekilde üzerinde çalışabileceğimizi öğrendik. Derin değişiklikler gördük ve bu hikayede Lynn de öyle.

Uyuyan Çocukla Çalışmak

Beş yaşında bir çocuğun annesi benden oğlu için uzaktan seans yapmamı istedi. Öfke patlamaları, diğer çocuklara vurma ve dinlememe gibi davranış sorunları yaşıyordu. Tedaviyi küçük çocuk uyurken proxy testi kullanarak yaptım. Ertesi sabah sonuçları annesine e-postayla gönderdim. Bunu bana saat 11.00 sıralarında söyledi.öğleden sonra, Hangi

tam seans bittiğinde yatağından kalktı ve onunla birlikte yatağa girdi. Bir ay sonra beni arayıp seansın hemen ardından davranışlarında belirgin bir değişiklik olduğunu söyledi. Dinlemeye istekliydi, kardeşlerine ve diğer çocuklara karşı çok daha nazikti ve çok daha olumluydu. Küçük çocuklara, onlar huzur içinde, herhangi bir korku ya da travma yaşamadan uyurken yardım etmenin ne harika bir yolu.

— LYNNG., BRİTİŞCOLUMBIA, CANADA

Çocuklarda her gün şişlikler, morluklar ve küçük kazalar oluyor. Yara bandı ağlayan bir çocuk için harikalar yaratabilir. Peki ya daha fazlasını yapmak istiyorsanız, hatta daha fazlasını yapmanız gerekiyorsa? Her yerde ve her zaman kullanılabilecek bir araca sahip olmak çok değerlidir. Bir sonraki hikaye, normal oynamanın nasıl görünüşte önemsiz bir darbeyle sonuçlanabileceğini ancak gerçek sonuçlar yaratabileceğini gösteriyor.

Bir Çocuk ve Köpeği

Müvekkilimin oğlu oyun oynarken ailenin büyük köpeğiyle çarpıştı. Çocuğun alnında büyük bir şişlik oluştu. Müşteri benden yardım istedi, ben de belli bir mesafeden vekaleten Beden Kodu oturumu yaptım. Fiziksel bir travma, tutsak kalmış bir şok duygusu, anneden gelen tutsak kalmış bir kaygı duygusu, ön kemiğin yanlış hizalanması ve birkaç tane daha gibi birkaç dengesizlik vardı. Ertesi sabah şişkinlik tamamen kaybolmuştu ve oğlu da iyiydi.

Bir hafta sonra bana köpeğinin rahatsız olduğunu yazdı. Yemek yemiyordu ve oynamak istemiyordu. Benden tekrar yardım istedi, ben de köpek için Beden Kodu seansı yaptım. Bu oturum çok ilginçti. Kazadan kaynaklanan fiziksel travma, anneden gelen tutsak kalmış bir endişe duygusu, çocukla paylaşılan bir tutsak şok duygusu, kazayla ilgili tutsak kalmış bir suçluluk duygusu ve kazadan dolayı alt çenenin yanlış hizalanması vardı. Tüm bu dengesizlikler giderildikten sonra köpeğin durumu düzeldi ve yine çocuklarla yemek yiyip oynadı.

- HEIDIR., V.IENNA, AUSTRIA

Heidi'nin müşterisinin köpeğiyle yaptığı seansta yaşadığı travmayı hayvanlarda görmek şaşırtıcı değil. Bir sonraki bölümde göreceğiniz gibi hayvanlar da Beden Yasasından yararlanabilirler.

27
HAYVANLARLA ÇALIŞMAK

Açıkça görülüyor ki hayvanlar bizim düşündüğümüzden daha fazlasını biliyor ve bildiğimizden çok daha fazlasını düşünüyor.

— IRENE M. PEPPERBERG

Hayvanlar bize aynı şekilde karşılık verebileceğimiz her şeyin ötesinde sevgi, oyun ve rahatlık verir. Duygusal zekaları ve karmaşık biyolojileri, tıpkı bizim gibi onları da tutsak kalmış duygulara ve işlevsiz enerjilere karşı duyarlı hale getiriyor. Tıpkı insanlar gibi hayvanlar da sağlıklarını ve mutluluklarını etkileyen tutsak duygulara ve enerji dengesizliklerine sahip olabilir. Bu sorunlar, hayvanların hissettikleri duygusal veya fiziksel rahatsızlık nedeniyle olumsuz davranışlar sergilemesine neden olabilir. Evcil hayvanlardaki enerji sorunları genellikle vücutlarında kalan enerjileri bırakan geçmiş travmatik deneyimlerden kaynaklanır, ancak Sharon'un aşağıdaki hikayede yaptığı gibi toksinler bulmayı da içerebilir.

Toksin Neredeyse Bir Köpeğin Hayatını Alacak

Dün gece kızım gözyaşları içinde aradı. Köpeği zar zor yürüyordu, daha çok daireler çizerek yalpalıyordu, kafası yere yakındı, dili neredeyse yere değiyordu, nefes nefeseydi, salyaları akıyordu ve yönünü şaşırmıştı - ve

neredeyse bir saattir bu şekilde. Arizona çölünde yaşıyorlar ve veterinere gitme yolları yok, paraları da yok. Beni aradı ve "Bir şey yapabilir misin?" diye sordu.

Beni vekil olarak kullanarak köpeği evcilleştirmesini sağladım ve sol kulağa ve göğüs kafesiyle olan tüm bağlantılara dokunduğunda zayıf test yaptım. Çenem neredeyse patlayana kadar esnemeye başladım ve tüm seans boyunca esnemeye devam ettim. Köpeğin bilinçaltı zihni Beden Kodunu kullanarak beni "toksisiteye" yönlendirdi, ardından böcek ilaçları ve bitki öldürücüler için test yaptım, karınca zehiri testi güçlüydü, ancak altta yatan bir neden yoktu.

“Bu enerjiyi serbest bırakabilir miyim?” diye sordum. Evet, mıknatıs kaydırma işlemini ben de yaptım. Doğruyu söylüyorum, Vicky'nin “ANNE, ANNE! O yürüdü ve içiyor! Anne, o sallanmadı!”

Toksinlerin temizlendiği güçlü bir şekilde test edildi, bu yüzden "herbisitlere" devam ettim. Arkadaşı onun sözünü kesti: "O kurbağayı ısırmak işe yarar mı?"

Cesede sordum. Kurbağa herbisitlere maruz kalmıştı. Yine altta yatan bir neden yok, bu yüzden mıknatısla üç kez kaydırma yaptım. Göğüs kafesi bölgesi artık güçlü bir şekilde test edildi, ancak bu köpeğin kendisini tehlikeli veya güvensiz durumlara sokmaya kararlı olmasının herhangi bir nedeni olup olmadığını görmeye karar verdim (yemek yiyor, çiğniyor ve burnunu sokuyor) *her şey*ve "Defol!" şarkısını dinlemeyeceğim. ya da hayır!").

"Bağımlılık yaratan kalp enerjisine" kapılmıştım, bu da bir Kalp Duvarını salıvermem gerektiği anlamına geliyordu. "Panik", "şok" ve "değersiz" duruma düşürüldü.

Bu noktada kızım, komşusunun bir avlusunun kurt köpekleriyle dolu olduğunu ve bunun saldırıya uğrayıp terk edilen çöplerin küçüğü olduğunu anlattı. Komşusunun onu ölmek üzere çitin üzerinden attığını görünce onu eve götürdü ve sonraki iki haftayı onu hayatta tutmak için elinden geleni yaparak geçirdi.

Vicky araya girdiğinde hâlâ bu yayınları yapıyordum: "*Anne!* İçmeyi bitirdi ve normal bir şekilde yatağına doğru yürüdü! Ne nefes nefese, ne salya akıyor, ne de başka bir şey! Kafası yere sürmüyordu. Kıvrılıp uyudu.”

Ertesi sabah bir mesaj aldım: "Bütün gece uyudu ve bu sabah ayaktaydı."

- SHAROND., AUCKLAND, NEWZELANDA

HAYVANLARLA KAS TESTİ

İnsanlara fayda sağlayan birçok enerji iyileştirme tekniği evcil hayvanlarda da rahatlıkla kullanılabilir! Vücut Kodunu hayvanlar üzerinde kullanmak, onu başka bir kişi üzerinde kullanmakla tamamen aynı süreçtir. Yani eğer Beden Kodunu zaten diğer insanlara uyguluyorsanız, o zaman zaten hayvanlara fısıldayan birisiniz demektir. Bir hayvan için bir partnerle vekil seanslar yürütebilir veya vekil veya vekil olarak kendiniz çalışabilirsiniz.

Bu resimde Jean ve ben köpeğimiz Max üzerinde çalışıyoruz. Bunun nasıl yapılacağı konusunda bilgilerinizi tazelemeye ihtiyaç duyarsanız 4. bölümdeki vekil kas testine geri dönebilirsiniz. Hayvanlar üzerinde çalışırken, özellikle de onların tehlikeli olabileceğini düşünüyorsanız dokunmanıza gerek yoktur.

Bir hayvan üzerinde birlikte çalışabileceğiniz bir partneriniz yoksa, kendi kendine test de işe yarayabilir. Dengesizlikleri hayvanda bırakabilirsiniz ya da sadece kendinizde bırakabilirsiniz. Hayvana dokunmak veya ona yaklaşmak güvenli değilse veya kendisini tehdit altında hissediyorsa, yine bir partnerle veya kendi başınıza proxy testini kullanabilirsiniz.

Bir hayvan üzerinde çalışmaya hazırlanırken hayvanların aşırı duyarlı olduklarını ve sizin enerjinizi alabileceklerini unutmayın. Eğer onlar üzerinde çalışma konusunda gerginseniz, onlar da gergin olacaklardır. Biraz dinlenmek için zaman ayırın ve

odaklanın, sonra seansa sevgiyle ve onlara yardım etme niyetiyle gelin, o zaman enerji çalışmasını almaya hazır olacaklardır. Neyse ki, Gail'in yüksek kaygılı kedisine huzur vermeyle ilgili aşağıdaki hikayesinde anlattığı gibi, evcil hayvanlarımızın gönül rahatlığı ve fiziksel sağlıkları konusunda yardımcı olabiliriz.

Gölge'nin Kaygısı

Kedim Shadow her zaman biraz talepkar olmuştur. Dikkat çekmek için sürekli miyavlıyordu. Ancak kardeşi bir çakal tarafından kaçırıldıktan sonra aşırı derecede tedirgin oldu, sürekli miyavlıyor ve ağlıyordu. Çok yürek parçalayıcıydı.

Bir gün onu aldım ve kedi ağacının rafına koydum. Çok endişeli bir halde ağlıyor ve sürekli hareket ediyordu. Duygu Şifresini onun üzerinde kullanmaya başladım ve üçüncü tutsak duygu temizlendikten sonra, Gölge yan yattı ve kedi ağacında asılı olan içi doldurulmuş fareye vurmaya başladı!

Kaygılı kediden oyun modundaki kediye ani değişim karşısında gözyaşlarına boğuldum! Önceki duygusal durumuyla tam bir tezat oluşturuyordu. O zamandan bu yana iki seans daha geçirdi ve artık huzurlu bir kedi. Miyavlayarak selam veriyor ama eskisi gibi telaşlı değil. Değişim olağanüstü.

- GAILM.ÖALİFORNİYA, SENNİTEDSTATES

DİL ENGEL DEĞİLDİR

Hayvanların duygusal varlıklar olduğunu gösteren çok sayıda kanıt, Charles Darwin'in 1872 tarihli kitabına kadar uzanıyor.*İnsanda ve Hayvanlarda Duyguların İfadesi.*Biz hayvan severler, onların birbirleriyle ve bizimle duygusal bağlar kurduklarını biliyoruz. Onlara olan sevgimizden dolayı evcil hayvanlarımızın ve hatta vahşi hayvanlarımızın travma ve zorluklardan kurtulmalarına nasıl yardımcı olabileceğimizi öğrenmek için sabırsızlanıyoruz.

1998 Robert Redford filmini hatırlıyor musunuz?*Atlara Fısıldayan Adam*? Bir binicilik kazasında yaralanan bir kız ve atıyla ilgili. Kızın annesi onları, travmanın nedenini ortaya çıkardıktan sonra atı iyileştiren, Redford'un canlandırdığı efsanevi "ata fısıldayan"a götürür.

Hepimiz hayvanların ne söylediğini ve neye ihtiyaç duyduklarını anlayabilseydik inanılmaz olmaz mıydı? Hayvanlarla aynı dili konuşmasak da, tıpkı insanlarda yaptığımız gibi, Michele'nin aşağıdaki hikayede yaptığı gibi kas testi yoluyla onların bilinçaltına ulaşabiliriz.

Diyabetik At

Joseph, sevgiyle "Muhafız" olarak bilinen on altı yaşında, yakışıklı bir attır. At destekli psikoterapi programımızda baş at şifacısı olarak işini çok seviyor ve ileri derecede travmatize olmuş ve disosiyatif çocukların acı dolu geçmişlerinden iyileşmelerine yardımcı oluyor. Laminit (insanlardaki diyabete benzer) son birkaç yıldır Joseph'in başına bela oldu ve yakın zamanda topallığa neden olan şiddetli bir laminit atağı geçirdi. Vücut Kuralları sayesinde, kapsamlı bakımı daha yeterli bir şekilde sunabiliyorum ve röntgen, kan tahlili veya radyografi yoluyla tespit edilemeyen altta yatan dengesizlikleri giderebiliyorum. Rab, Yusuf'u Beden Kodu aracılığıyla diğer sorunlar için zaten iyileştirdi ve ben O'na başka bir mucize şifa için inanıyorum.

Her gün seansa çeşitli at anatomisi tablolarıyla başlıyorum, herhangi bir dengesizlik olup olmadığını soruyorum ve ilgili dengesizlikleri gidermek için Beden Kodu uygulamasını kullanıyorum ve sonra bunları bilinçaltının yönlendirmesi doğrultusunda serbest bırakıyorum. Bitkilerin, takviyelerin, yemlerin miktarlarını ve türlerini ve hatta buz botlarının bacaklarında kalması gereken süreyi tam olarak belirliyorum.

Uzman bir veterinere danıştım ve Beden Kurallarını kullanarak çalışmalarımı kendisine bildirdim. Başka bir at uzmanı, ortaya çıkan dengesizliklerin laminitte çok tipik olduğunu doğruladı. At anatomisi tabloları ile Beden Kodunun birlikte kullanılması onu hayrete düşürdü. Şimdiye kadar Joseph'in konsültasyon dışında veterinerim, at masörüm, uzmanım veya radyografim gibi dış desteğe ihtiyacı olmadı.

Beden Kodu zihinsel/duygusal sağlık için de çok değerlidir! Joseph çok hassastır ve her gün en az bir dengesizliği serbest bırakıyorum. Bu, rahatsızlığının ortasında bile moralini ve şakacılığını büyük ölçüde geliştirdi. Takiben

Seanslar sırasında Joseph rahatlıyor, başını eğiyor ve sık sık burnunu bana sokuyor... onun "Teşekkür ederim anne" deme şekli. Beden Kuralları nedeniyle artık içeride neler olup bittiğini veya iyileşmeyi nasıl destekleyeceğimizi tahmin etmemize gerek yok.

Bu muhteşem yöntem ve Tanrı'nın iyiliği olmasaydı belki de ümitsizliğe kapılabilirdim. Joseph ve ailemiz, Discover Healing ekibinin tamamına çok sevgi ve minnettarlık gönderiyor. Gelecek hafta Beden Kodu Sertifikasyonu kursuna kaydolmayı sabırsızlıkla bekliyorum! Bereketler bol olsun.

- MICHELEY., Ç.OLORADO, SENNİTEDSTATES

Hayvanların gerçekten kalpten kalbe anladıklarına inanıyorum. Uygulamamda dilin gerçekten gerekli olmadığını buldum. Bir keresinde Hindistan'dan tedavi için bana bir adam gelmişti. O tek kelime İngilizce bilmiyordu, ben de tek kelime Hintçe konuşamıyordum ve başlangıçta ne yapacağımdan emin değildim. Devam ettim ve İngilizce sorular sordum ve bilinçaltından gelen yanıt, ona yardım etmek için ihtiyaç duyduğu şeyi bulmamıza yardımcı oldu. Ayrıca hayvanlarla konuşurken aslında dil kullanmanıza gerek olmadığını da öğrendim.

Bir hayvan üzerinde çalışırken yüksek sesle konuşmanıza gerçekten gerek yok, çünkü hayvanın bilinçaltı örtülü olarak ne düşündüğünüzü ve kalbinizin ona yardım etme niyetinizle ne iletişim kurduğunu anlar. Soruları sesli veya sessiz sorabilirsiniz. Beate'in aşağıdaki hikayede deneyimlediği gibi, hayvan yakında olmadan bile bunu yapabilirsiniz.

Lilly'nin Merdiven Korkusu

Bir aile dostunun köpeği olan Lilly, birdenbire evindeki merdivenlerden yukarı çıkmak istemedi ve bunu ancak sahibinin büyük çabası ve motivasyonu sayesinde başardı. Fiziksel olarak hiçbir sorun yok gibi görünüyordu. Arkadaşım bir kafede birlikte otururken bunu benimle paylaştığında bu olay uzun süredir devam ediyordu. İşte orada, köpek Lilly ile uzaktan bağlantı kurdum ve onun tutsak kalmış duygularından birkaçını serbest bıraktım. Arkadaşım o öğleden sonra eve geldiğinde Lilly hiçbir şikayette bulunmadan merdivenlerden yukarı koştu. Birkaç gün sonra "merdiven korkusu" geri geldiğinde birkaç şeyi daha çözebildim. Artık Lilly'nin merdivenlerden yukarı çıkmakta hiçbir sorunu yok.

- BYEMEKS., FRANKFURT, GERMANYA

EVCİL HAYVANLARLA VE YÜKSEK SESLERLE BAŞA ÇIKMAK

Köpeklerde ve kedilerde yüksek ses korkusu oldukça yaygındır ve bunu hafifletmek genellikle onları buna alıştırmak için sürekli hasta eğitimi gerektirir. Yüksek bir gürültüyle karşı karşıya kaldıklarında neden bu şekilde tepki verdiklerinin altında yatan nedeni bulmak için Beden Kodunu kullanmak çok daha kolaydır.

Birçok hayvan severin bildiği gibi havai fişeklerden çıkan ses dört ayaklı dostlarımız için bir kabusa dönüşebilir. Havai fişek sesleri, özellikle de havai fişekler çoğu zaman onları paniğe sürükler. Atlıyorlar, saklanmaya çalışıyorlar ya da titriyorlar ve salya akıtıyorlar ve hatta bazıları kaçıp kaçıyor, çaresiz sahipleri bazen günlerce onları arıyor. Patricia, köpeği Temper'ın havai fişeklere karşı gösterdiği tepkiyi serbest bırakmak için Beden Kodunu nasıl kullandığına dair hikayesini paylaşıyor.

Artık Havai Fişeklerden Korkmuyorum

Büyük köpeğim Temper, zamanla gerçekten gürültülü patlamalardan giderek daha fazla endişe duymaya başladı. Bu yıl, 30 Aralık'ta ara sıra duyulan ilk havai fişek seslerine, uyuduğu yerden kalkıp gergin, titreyerek ve nefes nefese bir halde yanıma oturarak tepki gösterdi. Yiyecek ve oyunla dikkatini dağıtmaya çalıştım ama o hiç ilgi göstermedi ve bunun yerine gergin duruşuyla oturmaya devam etti, sürekli titreyerek ve nefes nefese kaldı.

Birkaç tutsak duygu bulmayı bekliyordum, bu yüzden ilk başta doğrudan Duygu Kodu Tablosuna gitmeyi düşündüm. Ama sezgilerim bana Beden Yasası'nın ön sayfasından başlamamı söyledi. Büyük bir sürprizle, köpeğimin akut semptomlarının altında yatan neden olarak duygular yerine toksinlere yöneldim. Daha fazla test yaparak çevresel toksinlere, özellikle de kozmetiklerden gelen toksinlere ulaştım. Köpekler sahiplerini her zaman öperler ve genellikle el kremi veya vücut losyonuna karşı özel bir tutkuları vardır, bu yüzden sahibi bu şekilde bir şey yutmuş olabilir. Merak ettiğimden sordum ve toksisitenin yavruyken kullandığı köpek şampuanından kaynaklandığını öğrendim. Daha fazla yok

bilgiye ihtiyaç vardı, bu yüzden Temper'in üzerinde bir mıknatıs kullanarak toksisiteyi temizledim. Serbest bırakıldıktan sonra hâlâ yanımda oturan, titreyen ve nefes nefese kalan Temper hemen yere yattı ve titremesi durdu, nefes nefeseliği de azaldı!

Onu gelecekte havai fişeklere karşı daha az duyarlı hale getirmek için başka bir şeyi temizleyip temizleyemeyeceğimi sordum ve yanlış hizalamalara yol açtım. Üçüncü bel omuru yanlış hizalanmıştı. Yanlış hizalamanın altında yatan bir neden yoktu, ancak daha fazlasını bilmemiz gerekiyordu, bu yüzden test etmeye devam ettim ve yanlış hizalamanın dört yaşındayken Temper uçan bir frizbinin peşinden koşarken ve onu havada yakalarken meydana geldiğini buldum. Bu yanlış hizalamayı da enerjik bir şekilde giderdim ve günün ilerleyen saatlerinde, biraz daha havai fişek sesi duyunca Temper yatmaya devam etti ve bir daha titremeye başlamadı!

Ertesi gün, yılbaşı gecesi Temper giderek sıklaşan havai fişek seslerine ihtiyatlı bir merakla tepki gösterdi. Yukarı baktı, teras kapısına gitti ve neler olduğunu anlamaya çalıştı. Bir süre sonra, çoğunlukla gürültüyü görmezden gelerek normal rutinine döndü ve gece yarısı civarında havai fişeklerin çoğunda uyudu. Yılbaşı yürüyüşlerimizde ara sıra duyulan havai fişek seslerinden hiç etkilenmemiş görünüyordu.

- PATRİKYAF., MANNHEIM, GERMANYA

Bu hikaye, bütünselci doktorun “Her şey her şeye neden olabilir” sözünün ne kadar doğru olduğunu bir kez daha kanıtlıyor. Görünüşte duygusal bir soruna (korku, panik), bu spesifik vakada, çevresel bir toksin neden olmuş ve her ikisi de yıllar öncesine ait olan bir yanlış hizalamayla kolaylaştırılmıştır. Elbette benzer semptomları olan diğer hayvanların tamamen farklı temel nedenleri olabilir, bu nedenle zihninizi her zaman tüm olasılıklara açık tutun ve sürece güvenin.

DAVRANIŞ DÜZELTME

Hayvanların kötü davranışlarının duygusal yüklerinin bir sonucu olduğunu sıklıkla görüyoruz ve bu tutsak kalmış duyguları temizlemek genellikle sorunu çözüyor. İçinde

Aşağıdaki hikayede Jodie, Vücut Kodunu at üzerinde kullandıktan sonra olanları paylaşıyor.

Ürkütücüden Büyük Kazanmaya

Kriket, binilirken korkutmaya ve zıplamaya başlayan beş yaşında bir Appaloosa atıdır. Bu davranış, sahibinin ciddi şekilde yaralanmasına neden oldu ve onu ata binmekten korkar hale getirdi. Sonunda bir Duygu Şifresi seansı yapılmasını istedi. Sonuçlar dikkat çekiciydi. Sahibi ertesi gün Cricketı bir binicilik kliniğine ve at gösterisine götürdü. Kriketin farklı bir hayvan olduğunu söyledi. Sakin ve rahattı ve yapması gereken her şeyi yaptı. At gösterisi büyük bir başarıydı! Cricket ve sahibi o hafta sonu iki Büyük Şampiyonluk Ödülü ve bir Yedek Şampiyonluk Ödülü kazandı!

- JODIEP., NEWJERSEY, senNİTEDSTATES

Birçok Beden Kuralı uygulayıcısı çoğunlukla hayvanlar üzerinde çalışmayı seçiyor çünkü başarı genellikle anında oluyor.

Depresif Hayvanlar

Enerji çalışmasını esas olarak hayvanlar üzerinde yapmayı seçtim ve depresif görünen ve sahiplerinin sevgisini istemeyen hayvanlar üzerinde çok başarılı oldum. Sahipleri, tutsak kalmış duyguları serbest bıraktıktan sonra hayvanlarının bir kez daha kendilerinden ilgi görmeye başladığını belirtti.

- JENNYMARIEG., TENNESSEE, senNİTEDSTATES

Uygulayıcılarımızdan bir diğeri hayvanlara yardım etmenin harikasını özetliyor.

Hayvanlarda Plasebo Etkisi Yok

Hayvanlarla çalışmanın benim için en keyifli ve aydınlatıcı iş olduğunu düşünüyorum. Hayvanlar plasebolara yanıt vermiyor. öyle görünmüyorlar

Machine Translated by Google

> Beden Kurallarında yeniyseniz ve hayvanlarda tanık olduğunuz sonuçların gerçekten iç açıcı olup olmadığına dikkat edin.
>
> —GUY M., FLORIDA, AMERİKA BİRLEŞİK DEVLETLERİ

Gördüğünüz gibi hayvanlarla çalışmak bir keyiftir ve onlarla enerji şifasına giriştiğinizde hem siz hem de hayvan için büyük ödüller vardır. Sahibinden izin almayı unutmayın, iyi eğlenceler!

Machine Translated by Google

28

İLİŞKİLERLE ÇALIŞMAK

Size bu kadar özgürce verilen sevgi için şükran dolu bir kalbi yanınızda taşımayı başaramazsanız, başkalarını sevmeniz gerektiği gibi sevmemeniz kolaydır.

—PAUL DAVID TRIPP

İlişkiler olmasaydı hayat sıkıcı olurdu ve neşeye ulaşmak zor olurdu. Başka bir kişiyle birlikte olmak hayatımızın en ödüllendirici ve aynı zamanda en zorlu deneyimi olabilir, özellikle de evlilik gibi derin bir bağlılık mevcutsa. Ortaklığın en büyük hediyelerinden biri, kendimizin en iyi hali olmamızı desteklemek için birbirimize duyduğumuz kutsal güvendir. Bu duygusal ve entelektüel yakınlık, insanı sevindirebilecek ya da acıtabilecek bir kırılganlık yaratır. Diğerimizi onurlandırmaya dikkat ettiğimizde ve içimizdeki bilgimizi yalnızca yüceltmek ve kutsamak için kullandığımızda, ilişki gelişebilir. Ancak hepimizin her zaman uyumlu olmayan ilişkileri var.
Hasarı onarmak, sağlıksız kalıpları ortadan kaldırmak ve birbirimizi beslemek için sürekli dikkatli olmak gerekir.

Pek çok insan sağlıklı ve sevgi dolu bir birliktelik içindedir, ancak çift her zaman aynı inançları paylaşmaz ve her zaman yeni görüşlere açık değildir.

Machine Translated by Google

birbirlerinin fikirleri. Duygusal veya fiziksel acı mevcut olsa ve Beden Kuralı konusunda yardımcı olabileceğinizi hissetseniz bile, partnerinizin katılmak isteyip istemediğine karar vermesine izin verin. Bu cömert eş, isteksiz kocasının iznini aldı ve Beden Yasası bir fark yarattı.

İsteksiz Bir Koca

Kocam benim inandığım ve/veya yaptığım birçok şeye ikna olmadı, bu yüzden ona Kalp Duvarını serbest bırakmak için Duygu Şifresi seansları yapmaktan bahsettiğimde nasıl tepki vereceğinden emin değildim. Seansları vekaleten yapmamı kabul ettiğinde çok şaşırdım.

Beş seans sürdü ve ilk seanstan sonra göğsünün hafiflediğini fark etti. Çok fazla stres altında ve bu yüzden vücudu her zaman yüksek alarm durumunda. Göğsünden bir ağırlığın indiğini hissettiğini kabul etmesi onun için çok büyüktü. Artık sohbete daha açık, bu harika. Artık Kalp Duvarı olmadığı için, ben bir ay uzaktayken o tadilat yapmaya çalıştı, bu da ileriye doğru atılmış çok büyük bir adım. Beden Kurallarının ne olduğunun farkında değil ve çok fazla değişikliği kabul etmiyor ama ben kesinlikle anlıyorum.

—JENNIFER S., NOVA SCOTIA, KANADA

Beden Yasası birbirimizi güçlendirmek ve partnerimizin hayallerinin gerçekleşmesine yardımcı olmak için sevgi dolu bağlılığı göstermek için hayat veren bir kaynak olabilir. Eğer birisi kötü bir ilişki deneyimine tepki olarak veya daha fazla sıkıntıya karşı savunma olarak bilinçaltında bir Kalp Duvarı inşa etmişse, bu enerjinin büyük bir kısmı kalpte tutulabilir. Kalp Duvarı sıkışıp kalmış duygusal enerjiden oluştuğu için, bu enerji yayılabilir ve yalnızca kendilerini değil, çevrelerindeki insanları da olumsuz etkileyebilir. İşte Kalp Duvarı temizlendikten sonra dünyanın dört bir yanından dönüşen dört farklı ilişki.

Yirmi beş yıldır evliyim ve hiçbir zaman kocama tam anlamıyla bağlı olduğumu hissetmedim. Sanki onun kalbiyle benimki arasında bir duvar varmış gibi uzak hissettim. Geceleri onun yanında yatabiliyordum ve onunla hiçbir bağlantım olmadığını hissedebiliyordum. Kalp Duvarımı çıkardığımdan beri ne diyebilirim? Hissediyorum... Sevgiyi hissediyorum.... Bütün ve tamamlanmış hissediyorum

Machine Translated by Google

ve mutlu. Nasıl mutlu olunur kitaplarının hepsini okudum, yapmamı söyledikleri her şeyi yaptım ama benim için hiçbir şey değişmedi. Teşekkür ederim Dr. Nelson. Çünkü Duygu Kodu/Beden Kodu gerçek bir oyun değiştiricidir!

—AMANDA S., QUEENSLAND, AVUSTRALYA

Arkadaşımın kocası seans için bana geldi. Karısına temizlediğimiz Kalp Duvarı'ndan bahsetmek istemedi, ben de arkadaşımın herhangi bir değişiklik fark edip etmediğini görmek için bekledim. Ertesi gün beni aradı ve "Ne yaptığını bilmiyorum ama o çok sevgi dolu" dedi. Evliliğinde hiç bu kadar sevildiğini hissetmediğini söyledi. Kaşındaki tüm kırışıklıklar azalmıştı ve daha çok gülümsüyordu. Hatta birkaç ay sonra evliliklerini kurtardığım için bana teşekkür edebileceğini söylediğini bile söyledi.

—JOY P., LONDRA, BİRLEŞİK KRALLIK

Beden Kanunu ile ilgili çalışmalarım sayesinde evliliğim boşanmanın eşiğinden kurtuldu. Kocaman bir Kalp Duvarım vardı. Kaldırıldıktan sonra kişisel ilişkilerim ve sağlığım da dahil olmak üzere hayatımın birçok yönü iyileşti. Artık nadiren kan basıncımın tehlikeli derecede düştüğü kalp krizleri yaşıyorum çünkü zayıf kalbim gücünü yeniden kazanıyor. Ve sertifikalı bir uygulayıcı olmak da dahil olmak üzere tüm hedeflerime ulaşıyorum.

—KUDÜS D., NEW YORK, AMERİKA BİRLEŞİK DEVLETLERİ

Uzun yıllar eşime kırgındım. Ortak işimizi yürütüyordu ve onu nasıl geliştirebileceğimize dair hiçbir önerimi dinlemiyordu. Zamanla evliliğimizi olumsuz etkileyen bir Kalp Duvarı oluşturdum. Birkaç seans boyunca Duygu Şifresi ile çalışmamdan bu yana evliliğimiz kurtuldu.

—LYNN H., ONTARIO, KANADA

Takdir edilmediğini ve gözden kaçırıldığını hissetmek çok yıkıcı bir durum olabilir. Birçoğumuz iş ve kamusal yaşamlarımızda bu duyguyla mücadele ederiz, ancak kişisel ilişkilerimizde bu durum daha da sinir bozucu olabilir.
İlişkileri geliştirmek bir gülümseme ve teşekkür etmek kadar basit olabilir.

Machine Translated by Google

iş başarıyla tamamlandı. İyilik dünyayı fethedebilir ve onu çok daha iyi bir yer haline getirme potansiyeline sahiptir.

GEÇMİŞ İLİŞKİLERDEN İLERLEMEK

Geçmiş ilişkiler unutulmaz olabilir. Duyguların hayaletleri ve tutsak kalmış duygular bilinçaltınızda gizlenebilir. Bu olumsuz düşünceler bizi duygusal iniş ve çıkışlarla dolu bir inişli çıkışlı süreçte tutabilir.

Kendinizi bu kalıcı düşünce ve duygulardan kurtarmak ve geçmiş ilişkilerden ayrıldıktan sonra yeniden bütün hissetmeye başlamak için yapmanız gereken ilk şey, tetikleyicileri belirlemektir. Belirli bir kişinin yanında olduktan sonra tedirgin oluyor musunuz? Sizi harekete geçiren belirli bir tür ifade, yorum veya etkileşim var mı?

Çoğu zaman, bu tetikleyicilerin mevcut kişi veya durumla hiçbir ilgisi yoktur; bunun yerine geçmişteki bir ayrılıktan kaynaklanan eski dengesizliklerin veya bir ilişkinin bozulmasının bir sonucudur. Örneğin, sizi sürekli aşağılayan bir eşinizle sözlü tacizde bulunuyorsanız, kıyafetleri katlamak veya bulaşık yıkamak gibi basit bir şeyin nasıl yapılacağına dair basit bir öneri bile sizden güçlü bir tepki uyandırabilir. Bilinçli zihninizin hemen altında yatan geçmiş ilişkilerinizin bagajından dolayı kendinizi kontrolden çıkmış hissetmeye başlayabilirsiniz.

Unutulmaması gereken önemli bir nokta da bu tetikleyicilerin sizin kim olduğunuzu, ne kadar güçlü olabileceğinizi veya neyi başarabileceğinizi tanımlaması gerekmediğidir. Tetikleyiciler vücudunuzun geçmiş acılara verdiği doğal tepkilerdir ve bunların amacı, tutsak kalmış duygularınızın veya başa çıkmayı bekleyen diğer travmalarınızın olduğunu size bildirmektir. Neyse ki, bunlarla başa çıkmanız gereken cevaplar içinizde ve sormanız için oradalar.

Shaun eski sevgilisiyle olan deneyimini ve bunu hiç düşünmediğini paylaşıyor yoluna devam edebilir ama şimdi yeniden aşkı buldu ve nişanlandı.

Geçmişi Serbest Bırakmak ve Aşkı Yeniden Bulmak

Yaklaşık dört yıl önce, o zamanki eşimle psikolojik olarak istismar ettiğim bir ilişkiden ayrılmak zorunda kaldım. İki küçük oğlumun önünde küçük düşürülmek de dahil olmak üzere maruz kaldığım sürekli kötü muamelenin yanı sıra, onunla kalma seçeneğiyle karşı karşıya kaldım.

Machine Translated by Google

ve muhtemelen pek çok depresyon döneminden sonra delirmek ya da ilişkiyi bırakmak. Ben ayrılmayı seçtim. Geriye dönüp baktığımda, evliliğimin üzerinden yıllar geçmesine rağmen zihinsel, duygusal ve fiziksel enerjilerimin benden sürekli olarak çekilmesi nedeniyle tamamen dağıldığımı fark ettim. Eski eşimle birlikteyken, yakın arkadaşlarımın bana defalarca söylemesine rağmen bunun olacağını göremedim. Onları duyamadım, anlayamadım ya da muhtemelen istemedim. Aslında önceki benliğimin hayaletimsi bir versiyonu olacaktım.

Mutlu ve ilahi tesadüflerle, başkalarının zorluklarının üstesinden gelmelerine yardım etme tutkum karmaşık bir şekilde alevlendi. Enerji şifa çalışmalarına giderek daha fazla ilgi duyduğumu fark ettim. Dr. Bradley Nelson'ın Duygu Şifresi masmavi gökyüzünden iniyor gibiydi ve birdenbire, yaşadığım muazzam acılar ve zorluklarla ilgili her şey tamamen anlam kazandı. Çalışmaları, teorileri ve ilkeleriyle ilgili birçok video izledikten sonra arkadaşlarım üzerinde deneyler yapmaya başladım ve beklenmedik derecede olumlu sonuçlar almaya başladım. Kitabı almaya ve EC uygulayıcısını yanıma almaya karar verdim kurs.

Tedavi seanslarının değiştirilmesi veya ileri alınması yönünde bir talepte bulundum ve Felix, hizmetlerini sunmak üzere yanıt verdi. Birlikte yaptığımız seanslardan bu yana özellikle dokunaklı deneyimler yaşadım. Varlığımın "normal" bir parçası olan birkaç belirli sorun ortadan kaybolmuş gibi görünüyor: mali yetersizliğimden kaynaklanan mutlak suçluluk ve utanç, eski karıma karşı enerjimin sürekli tükenmesi.

Şu an hayattan ne kadar keyif aldığımı anlatamam. deneyimleyebilir ve ifade edebilir.

Yeni nişanlım da bunu birkaç kez memnuniyetle dile getirdi. Çok yaşa!

—SHAUN D., ODENSE, DANİMARKA

Tutsak kalmış duygular, yanlış varsayımlarda bulunmanıza ve masum söz ve davranışları yanlış yorumlamanıza neden olarak ilişkilerinizde kısa devre yapmanıza neden olabilir.

Machine Translated by Google

Biriyle bir hayatı paylaştığınızda enerjinizi paylaşırsınız.
Bazen bu enerji bloke olur ve ilişkiniz başarısızlıkla sonuçlanmaya başlar.
Beden Kodunu kullanarak siz ve partneriniz, negatif enerjileri ortadan kaldırmanıza ve daha açık ve bereketli yaşamanıza yardımcı olabilirsiniz. İlişkilerinizin başarısını engelleyen her türlü temel nedeni bulabilirsiniz. Bunları ortadan kaldırarak, sahip olmanız gereken bol ve sevgi dolu ilişkileri yaratabileceksiniz. İlk tanıştığınızda hissettiğiniz duyguyu hatırlıyor musunuz? Bunu geri alabilirsin!

BAŞKALARINA İLİŞKİLERİNDE YARDIM ETMEK

Beden Kurallarını yalnızca ilişkilerinizi geliştirmek için kullanmakla kalmaz, aynı zamanda başkalarına da onların ilişkilerinde yardımcı olabilirsiniz. Herkes zaman zaman kalp kırıklığı yaşar. Duyguları, kusurları ve sevilme ihtiyacı olan insanlar olarak hiçbirimiz bundan muaf değiliz. İlişkileri iyileştirme kapasitesi içinizde olsa da bazen bozulan bir ilişki onarılamaz. Böyle zamanlarda, sizin veya başkalarının yolunuza devam edip neşeyi deneyimleyebilmesi için kalp kırıklığını nasıl iyileştireceğinizi bilmek kritik önem taşır.

Kalp kırıklığından iyileşmek uzun bir süreç olabilir. Yardım ettiğiniz biri geçmiş deneyimlerden veya kalp ağrısından kaynaklanan duygusal yüklerle veya negatif enerjiyle uğraşıyorsa, bu durum kişinin ilişkileri iyileştirme veya kalp kırıklığını iyileştirme kapasitesini zayıflatabilir. Kalp kırıklığını iyileştirmenin tek ve doğru bir yöntemi olmasa da, diğer insanların kayıplarından kurtulmasına yardımcı olmak için doğuştan gelen yeteneğinizi etkinleştirmek amacıyla deneyebileceğiniz bazı şeyler vardır. Beden Kodu ile onların tutsak kalmış duyguları veya diğer negatif enerjileri bulmalarına, kodlarını çözmelerine ve salıvermelerine yardımcı olabilirsiniz. Bu sorunlardan kurtulmak zihinlerinin, bedenlerinin ve ruhlarının iyileşmesini sağlayabilir. Sheryl'in aşağıdaki hikayede paylaştığı gibi, insanlar kötü ilişkilerden kayda değer bir iyileşme gördüler.

Nihayet Özgür!

Birlikte çalıştığım insanlarda pek çok olumlu değişiklik gördüm ama bu deneyimi paylaşacağım. Bir bayan bir narsistle uzun süreli bir ilişki içindeydi. Altmış iki yaşındaydı ve on iki yıl boyunca dayak yedikten sonra umutsuzca bir arayış içindeydi.

Machine Translated by Google

ona yardım edecek bir şey ya da biri. Duygu Şifresi ve Beden Şifresi'ni ortak bir arkadaşından duymuştu. Şüpheliydi ama denemeye istekliydi. Arkadaşı enerji çalışmasıyla ilgili biraz açıklama yapmıştı ve ben de onu Dr. Brad'in YouTube'daki bazı videolarını izlemesi için yönlendirdim. Bu arada onun için bir vekalet oturumu yaptım. İlişkisiyle ilgili birçok tutsak duygu ve negatif enerjiye sahip olduğunu buldum. Lanetler, negatif varlıklar ve kordonlar vardı. Kalp Duvarı dahil tüm bu dengesizlikleri temizledik.

Aylarca süren çalışma ve işlemlerden sonra şunu söylemekten mutluluk duyuyorum: bedava! O taşındı, taşındı ve şimdi yeni ve mutlu bir hayatı var! Kendisi de sertifikalı bir Duygu Kodu uygulayıcısı olmayı sabırsızlıkla bekliyor. Duygu Kodu ve Beden Kodu onun hayatını değiştirdi! Bu, bu inanılmaz enerji şifa yöntemiyle gördüğüm birçok mucizeden sadece biri.

—SHERYL S., FLORIDA, AMERİKA BİRLEŞİK DEVLETLERİ

Başkalarına ilişkilerinde yardımcı olmakla kalmaz, aynı zamanda aile bağlarının onarılmasında da işe yarar. Aşağıdaki hikayede Annabelle, kocasının eski sevgilisi ve kız kardeşleriyle olan ilişkilerini iyileştirmesine yardımcı oldu.

Güzel İletişim Partnerim hem eski

sevgilisiyle hem de kız kardeşleriyle krizdeydi, bu yüzden ona Beden Kodu seansı yaptım. Birkaç saat sonra eski sevgilisi aradı ve çok güzel iletişim kurdular! Daha sonra kız kardeşleri aradı ve konuşmaya istekliydiler. Başka hiçbir şey değişmediği için bu değişimi Beden Kodu oturumuna bağlıyorum.

—ANNABELLE M., MASSACHUSETTS, AMERİKA BİRLEŞİK DEVLETLERİ

Tutsak kalmış duygular, devam eden bir olumsuzluk döngüsünde, kişinin bir ilişkide güven oluşturma becerisini tehlikeye atabilecek bir rol oynayabilir. Kızgınlık, endişe, terkedilmişlik, güvensizlik, desteksiz hissetme, kıskançlık ve diğerleri gibi tutsak kalmış duygular, insanların ilişkilerde bile her zaman bu şekilde hissetmesine daha yatkın hale gelebilir.

Duyguların kendilerine özgü enerji frekansları vardır. Bu duygular ve onların enerjileri vücut tarafından tam olarak işlenmediğinde,

Machine Translated by Google

tuzağa düşmek.

Bu olduğunda, bu duygular normalden çok daha kolay hissedilir. Esasen, vücudun bu enerjinin yerleştiği kısmı, o duyguyu her zaman hissetmektir. Mesela kıskançlığı ele alalım. Eğer kıskançlığın enerji frekansı bedeninizde hapsolmuşsa, daha sık, daha kolay kıskançlık hissetmeye yatkın olursunuz. Bu, bir ilişkiye güvenme yeteneğinizi nasıl etkileyebilir? Peki ya çoğu insan gibi sizin de normal şekilde çalışma yeteneğinizi etkileyen bir dizi duygusal yükünüz varsa? Benim deneyimime göre, Stephanie'nin aşağıdaki hikayede bulduğu gibi, hepimiz üzerimizde etkisi olan duygusal bir yükü miras aldık.

Güven Kazanıldı

Bu program hayatımı değiştirdi. Ailemin birkaç nesil öncesine dayanan bir anne-kız toksik ilişkileri geçmişi olduğundan, atalardan kalma travmayı serbest bırakmak benim için önemliydi. İlişkilerimde fark ettiğim gelişme, başkalarına bunu tanıdığım herkese anlatmaktan daha fazla şekilde yardım edebilmem için içimdeki ateşi yaktı!

Aslında annemle ilişkim o kadar gelişti ki Görevimi desteklemek amacıyla bu programı benim için (Anneler Günü'nde) satın alan kişi odur. Babam artık aylarca ara vermek yerine her hafta iletişim halinde oluyor ve ayrıca hayatımda hiç beklemediğim şekillerde çok daha fazla destek gösterdi. Terk edilme travması ve güven sorunları yaşayan biri için bu, dünyalara bedeldir.

Bu hediyeyi paylaşmayı ve olabildiğince çok insanı kutsamayı çok isterim mümkün, çünkü dürüstçe bunun hayat değiştirdiğini söyleyebilirim.

—STEPHANIE S., TENNESSEE, AMERİKA BİRLEŞİK DEVLETLERİ

Yetişkinler olarak, büyüdüğümüz günlerden beri ebeveynlerimizle ilgili acı verici duygulardan kurtulmakta zorlanabiliriz. Bazıları, ortak geçmişlerindeki sıkıntılı zamanlar nedeniyle ebeveynleriyle gergin ilişkiler yaşamaya devam edecek.

Anne babamız bizde güçlü duyguları tetikleyen şeyler söyleyebilir veya yapabilir. Bu, aile toplantılarını garip ve rahatsız edici hale getirebilir, hatta yabancılaşmaya yol açabilir. Geçmişin acılarını iyileştiriyoruz, böylece yeniden iyileşebiliriz

Machine Translated by Google

Tutsak kalmış duyguları, çoğumuzun geçmişimizdeki olaylardan dolayı barındırdığı kalıcı, acı verici duyguları tanımlamayı ve keşfetmeyi öğrendiğimizde, ilişkiler kurar ve pişmanlık duymadan ilerleyebiliriz. Bu sadece ilişkilerimiz için değil aynı zamanda genel sağlığımız ve refahımız için de önemlidir.

Machine Translated by Google

29

DAHA İYİ BİR DÜNYA YARATMAK

Aklımızı toplayalım ve çocuklarımız için nasıl bir hayat kuracağımızı görelim.

-OTURAN BOĞA

Biz yaratıcıyız. Hepimiz dünyaya bir amaç ve iyilik yapma potansiyeliyle geliyoruz. Bize verilen zamanı hizmet etmek, katkıda bulunmak, öğrenmek, kendimizi geliştirmek için kullanmak ya da kullanmamak bizim seçimimizdir. Hayatımda öğrendiğim bir anahtar şu ki, kalplerimiz gerçeğin izlenimlerine karşı yumuşak ve açık olduğunda, onlardan giderek daha fazlasına sahip oluyoruz. Gerçek, sürekli yanımızdan akan bir ırmak gibidir; eğer istersek, birazını yakalamak için bardağımızı uzatırsak içine dalabiliriz.

Yaratıcımız bizden ve hayatımızın her alanından haberdardır. Hizmet etmek istediğinizde ve kendinizi ışık almaya açtığınız için içinizde ışık olduğunda, başkalarına, bazen de gerçekten kırılmış ve acı çekenlere neşe, şifa veya bütünlük getirmeyi amacınız haline getirmeyi seçebilirsiniz. Daha iyi bir dünya yaratmak için size verilen hediyeleri kullanmak sizin elinizde. Etki alanınız ister küçük ister büyük olsun, elinizin altında yardımınıza ihtiyaç duyanlar var.

Machine Translated by Google

Eğer barış, sevgi, yaratıcılık ve bolluk dolu bir dünya istiyorsanız, o zaman onun yaratımıyla meşgul olmanız gerekir. Dünyayı tasarlamak ve tezahür ettirmek bizim doğuştan hakkımızdır.

Bu dünyanın eninde sonunda hayal edebileceğimizden daha fazlası olacağına inanıyorum. Gerçeği almak için kalplerimizi açın ve hissettiklerimiz ve öğrendiklerimiz doğrultusunda hareket edin.

Dünya tarihinde böyle bir dönem hiç yaşanmadı.
Hiçbir zaman bu kadar çok hakikat ve bilgi önümüze çıkmamıştı ama öte yandan dünya çapında bu kadar aldatma ve bölücülük de olmamıştı.

Gerçeğin ne olduğunu söyleyemediğimizde, başkalarının görüşlerine güvenemediğimizde her türlü gerçeğin kaynağına yönelmemiz gerekir. Kalplerimiz doğruyu hissedebilecek kadar yumuşak ve açık olmalı. Ve kalbiniz ne kadar yumuşak olursa, hepsini bilene kadar size o kadar çok gerçek verilecektir.

Yani ne hissediyorsun? Ne biliyorsun? Ne görmek istersin? Biz, bu güzel gezegenin insanları olarak neyi değiştirmek istiyoruz? Neyi korumak ve iyileştirmek istiyoruz? Geçmişten ne öğrendik ve mevcut koşullardan ne öğreniyoruz? Daha fazla neşe yaratmak için ne yapabiliriz? Ve hepimizin hissetmek istediği şey neşe değil mi? Sahip olmak için ne yapmamız gerekiyor?

Sorular çok önemli. Bunlar yalnızca en büyük sağlık sorunlarınızın, para sorunlarınızın ve ilişki zorluklarınızın kökenine inmenize yardımcı olmak için Beden Kodunu kullandığınızda önemli olmakla kalmaz, aynı zamanda parçası olacağınız her yaratıcı süreçte de önemlidirler. En iyi yaşamınızı yaratmak için kritik öneme sahiptirler.

Hayat ilginç bir şey. Doğduğunuzda, bir anda buradasınız, bir tek giysiniz bile yok, bu varoluştan önce nerede olduğunuzu hatırlamadan, burada ne yaptığınıza ya da neden buraya geldiğinize dair hiçbir fikriniz yok.
Hayatta kalmak için başkalarının sevgisine ihtiyacınız olduğunu, başkalarının bakımına bağımlı olduğunuzu çok geçmeden anlamaya başlarsınız. Ve henüz üzerinden uzun yıllar geçmeden bağımsızlık mücadelesi veriyorsunuz. Yaşamın büyümek ve gerçek mutluluğun nereden geldiğini anlamayı öğrenmek için birçok aşaması ve fırsatı vardır.

Umarım bu kitabı okuyarak Beden Kodunun sizin ve hepimiz için taşıdığı büyük potansiyeli anlamaya başlıyorsunuzdur. Önce İlahi Olan'dan yardım istemeden ve sonra her kişinin içindeki veri tabanına danışmadan hiçbir ilacın veya ilacın verilmeyeceği ve hiçbir tedavi rejiminin başlatılmayacağı bir gün öngörüyorum.

Bu gün geliyor. İnsanoğlunun, neden hasta olduğumuzu, iyileşmek ve ruhen, bedenen ve ruhen sağlıklı olmak için ne yapmamız gerektiğini çok iyi anlayan, her birimizin içindeki derin zekayı görmezden gelmesi artık mümkün değil.

Machine Translated by Google

olabileceğimiz gibi. Şu anda öğrendiğimiz ve anladığımız her şeyle bu yeni ve daha iyi dünyanın yaratıcıları oluyoruz.

Yahudi geleneğindeki güzel bir kavram da tikkun olam'dır. Yaratıcının dünyayı yarattığında onu tasarımı gereği yarım bıraktığını açıklıyor.
Ne olacağına ve oraya nasıl varacağına karar vermeyi bitirmemiz için tamamlamayı bize bıraktı. Bu ifadenin yaygın fakat daha modern anlayışı, Yaratıcı ile ortaklık içinde olduğumuz ve dünyanın durumunu iyileştirmeye ve başkalarına yardım etmeye yönelik adımlar atma fırsatına sahip olduğumuzdur. Dünyayı güzelleştirmeyi seçebiliriz. Yıkıcılar yerine şifacı, sorun çıkaranlar yerine barışçı olmayı seçebiliriz.

Bu yeni dünyanın, tek yürek ve tek kişinin ortaya çıkmasına yardımcı olacak güç içimizde.

EŞSİZ HEDİYELERİNİZ VE MİSYONUNUZ

Nasıl ki hayatınız başka hiç kimsenin yaşamadığı deneyimlerle doluysa, bu şifa çalışmasına yaklaşımınız da benzersiz bir şekilde size ait olacaktır.

Başkalarının kutsal yaşam hikayelerine katıldığınız için derin şükran duymanıza izin verin. Minnettarlığınızı üzerinde çalıştığınız kişilerle sık sık paylaşın. Onların iyileşmesi, salıverilmesi ve dengelenmesi sizi de dönüştürecek kutsal bir iştir. Her zaman onların size verdikleri hediyeyi kabul edin.

Umarım bu fikirler, eğer takılıp kaldığınızı fark ederseniz sizin için faydalı olur. Geçici olarak ne yapacağımdan emin olamadığım zamanlarda bu şeylerin bana yardımcı olduğunu biliyorum. Birbirimizle ilgilenirken, doğru soruları sorma ve cevapların birbirine nasıl uyduğunu görme fırsatımız olur. Gerçekten bir bulmacanın parçalarını bulmak gibi hissettirebilir. Birine yardım etmek için ihtiyacınız olan cevapları bulduğunuzda, bu her zaman çabaya değerdir.

İçinde bulunduğumuz çağ için ne kadar heyecanlandığımı anlatamam. Her türden şifacının, herkesin yararına birlikte çalışacağı bir dönemin eşiğinde olduğumuza inanıyorum. Enerjik varlıklar olarak varoluşumuzun gerçek doğasına nihayet kafa yormaya başladığımızda ve hastalıklarımızın cevaplarının kendi bilinçaltımızda yattığını nihayet anladığımızda, bu cevaplara basit ve kolay bir şekilde ulaşabileceğimizi nihayet anladığımızda Bu teknolojiler sayesinde dünyanın daha iyiye doğru değişmesini engelleyemiyoruz. Duygu Kodu ve Beden Kodu, bu yeni dünyayı gerçeğe dönüştürmede şimdiden rol oynamaya başladı.

Machine Translated by Google

HAYATIN ANLAMI

Bu konuyla ilgili en sevdiğim karikatürlerden birinde, bir dağın zirvesinde hakikati arayan bir guruya şu sözlerle yanıt veren bir guru var: "Otursan iyi olur; onlara hayatın anlamını söylediğimde insanlar dağdan düşme eğiliminde oluyor!"

Bazı nedenlerden dolayı, bazı derin manevi deneyimlerle kutsandım. Kendi adıma hepimizin en gerçek anlamda kardeş olduğumuzu öğrendim, çünkü kendi adıma öğrendim ve Cennette bir Babamız, hepimizin Babası olduğunu biliyorum. O'ndan ister "İlahi", ister "Kaynak Enerji", ister "Yüksek Güç" ya da başka bir isim olarak söz edin, sanırım hepsi aynı. Bana göre O'na Baba demek daha doğru ve bana daha kişisel ve ailevi geliyor.

Bu dünyada yabancı olduğumuzu da kendi adıma öğrendim. William Wordsworth'un sözleriyle:

Doğumumuz bir uyku ve bir unutuştan başka bir şey değil:
Bizimle birlikte yükselen Ruh, hayatımızın Yıldızı,
Başka bir yerde kendi ortamı vardı,
Ve uzaktan geliyor:
Tamamen unutkanlık içinde değil,
Ve tamamen çıplak olarak değil,
Ama takip eden zafer bulutları geliyoruz
Evimiz olan Tanrı'dan

Kendinize ve Tanrı'ya verebileceğiniz en iyi hediye, sürekli olarak sevgiyi, gerçeği, bağışlamayı ve neşeyi seçmek, hizmetle, şükranla ve bulabileceğiniz en yüksek iyilikle dolu bir hayat yaşamaktır. Tekrar evinize, O'nun huzuruna, Babanızın yanına dönmek sizi rahatlatacaktır. Hayat, sonuçta kim olduğumuzla ilgilidir. Sanırım bunun ne kadar önemli olduğunu gerçekten anlasaydık muhtemelen kendimiz "dağdan aşağı düşerdik".

Pek çok insan, onlarla paylaştığımız şifa çalışmaları sayesinde hem sevgiyi hissetme hem de sevgi verme yeteneklerinin nasıl çarpıcı biçimde geliştiğini bana anlattı. Hatta birçok insan bize, hayatlarında ilk kez, özellikle Kalp Duvarları kaldırıldıktan sonra, Yüksek Gücün kendilerine olan sevgisini gerçekten hissedebildiklerini söyledi. Bu aşk hakkında çok güçlü bir dersi Disneyland'da öğrendim.

Machine Translated by Google

KOŞULSUZ SEVGİ

Çocuklarımız küçükken Disneyland'den sadece bir saat uzakta yaşayacak kadar şanslıydık. Fazladan fazla paramız yoktu, dolayısıyla oraya pek sık gitmiyorduk. Ama bir gün kendimi birkaç yeğenimle birlikte Disneyland'da buldum. Yalvarışlarına boyun eğdim ve iyi bir amca olmaya çalışarak onları Disneyland'a götürmeyi kabul ettim. Günün belli bir noktasında onlar atraksiyonlardan birine binmek için kuyrukta beklerken ben kısa bir yürüyüşe çıktım. Kalabalığın içinde yürürken etrafımdaki insanları fark etmeye başladım. Bazıları uzundu, bazıları kısaydı, bazıları büyüktü, bazıları küçüktü, bazıları yakışıklıydı, bazıları ise o kadar da değildi.

Genel olarak insanları severim ama bu yabancıların hiçbirinin benim için gerçek bir anlamı olmadığını fark ettim. Öyle ya da böyle onlara karşı hiçbir duygum yoktu. Herkesi koşulsuz sevdiği söylenen Cennetteki Babamız için bunun nasıl bir şey olduğunu merak etmeye başladım. Zihnimde sessiz bir dua ettim: "Baba, tüm çocuklarını bu kadar çok sevmenin senin için nasıl bir şey olduğunu anlamama yardım et." Sanırım o anda gerçekten bir cevap beklemiyordum ve hiçbir cevap gelmedi. Zihinsel olarak omuzlarımı silktim ve günüme devam ettim.

Daha sonra eve geldiğimde, en küçük iki oğlum Ian ve Joseph ile onları Disneyland'a götürmem için bana yalvarmaya başlayan kuzenleri Ciera tarafından hemen kuşatıldım. Daha büyük çocuklardan bazılarını aldığımı sır olarak saklayacak bir şey yoktu, peki onları nasıl almayayım? Biraz isteksizce bir gün daha izin verip onları almayı kabul ettim.

Böylece ertesi cumartesi kendimi yine Disneyland'da buldum. Günün belli bir noktasında çocuklar bisiklet için kuyrukta beklerken ben tekrar yürüyüşe çıktım. Etrafımdaki insanları fark ederek dolambaçlı bir şekilde dolaşırken, aynı düşünce bana da geri geldi.

Bu insanlar uzaktan hoş görünüyordu ama benim için hiçbir anlam taşımıyorlardı. “Babamızın durumu nasıl olmalı...” diye düşündüm.

Aniden duam kabul oldu. Bir anda çevremdeki insanlara karşı karşı konulmaz, koşulsuz bir sevgiyle doldum. Onları tanımıyordum ve bunun bir önemi de yoktu! Daha önce hiç hissetmediğim düzeyde bir sevgiyle doluydum; muazzam, karşı konulamaz, koşulsuz ve mükemmel bir sevgi.

Sağıma baktım ve en az iki yüz kişilik bir kalabalığın bir yolculuk için sırada beklediğini gördüm. Bu yabancıların her birine karşı kalbimi dolduran sevgi o kadar büyüktü ki, normal deneyimimin o kadar dışındaydı ki,

Machine Translated by Google

Ani bir panik anı yaşandı ve geldiği gibi aniden deneyim sona erdi. Artık etrafımı saran tanımadığım insanlara karşı sevgiyi hissetmiyordum. Ama artık bana yabancı olmalarına rağmen Tanrı'ya yabancı olmadıklarını biliyordum.

Babamızın her birimize duyduğu saf, muazzam sevgiye kısa bir bakış atma şansım oldu. Kim olursan ol, ne yapmış olursan ol, ne yaptıysan ya da yapmadıysan, yaptığın ya da yapmadığın seçimler ne olursa olsun, O'nun seni koşulsuz sevgiye sahip olduğunu biliyorum. O değişmezdir, O'nun sana olan sevgisi evrende sabittir; yerçekimi gibi ne olursa olsun değişmez. Bunun doğru olduğunu biliyorum.

Yıllardır bu sevgi kaynağına hizmet etmek benim hedefimdi. Bunu yapmak, hepimizi kutsayacak olan etkiye ve ışığa açık ve alıcı olmayı ve zayıflıklarımıza, hatalarımıza ve hatalarımıza rağmen sebat etmeyi gerektirir.

Hayatınızda yolculuk ederken, sorunlarınıza yanıt ararken ve başkalarının sorunlarına yardımcı olurken, umarım Beden Kurallarını düşünür ve onu yardım etmek için bir araç olarak kullanırsınız. Onun sizin doğanız hakkındaki gerçeği, içinde yaşadığınız inanılmaz beden-tapınağın doğası ve onun ebedi zihniniz, ruhunuz ve kalbinizle olağanüstü arayüzü hakkındaki gerçeği ortaya çıkarabileceğini ve gün ışığına çıkarabileceğini biliyorum. Yukarıdan yardım istemeyi unutmayın. Bunu yaptığınızda evren sizin için açılacaktır.

—

Doktor Bradley Nelson

S

George değil mi, Utah

Machine Translated by Google

NOTLAR

1. https://www.americanactionforum.org/research/chronic-disease-in-the-united-states-a-worsening-sağlık-ve-ekonomik-kriz/ 2.
https://www.npr.org/sections/goatsandsoda/2017/04/20/524774195/what-country-spends-the-most-and-least-on-health- kişi başına bakım 3.
https://www.theatlantic.com/health/archive/2013/01/new-health-rankings-of-17-nations-us-is-son ölü/267045/
4. Stahel, PF, VanderHeiden, TF ve Kim, FJ "Cerrahlar Neden Gereksiz Ameliyatlara Devam Ediyor?" Hasta Saf Surg 11, no.1 (2017): https://doi.org/10.1186/s13037-016- 0117-6

5. Bu tablonun bu kitap için değiştirildiğini ve beyni veya interstisyumu içermediğini unutmayın. Bunlar uygulamada ayrıntılı olarak bulunur. Ayrıca ileoçekal kapak tipik olarak bir organ olarak sınıflandırılmaz ancak önemi, bizim amaçlarımız açısından ona bu listede
yer kazandırmaktadır. 6. https://www.carlsonattorneys.com/news-and-update/
banning-roundup 7. İsim değişebilir

Machine Translated by Google

EK 1 GÖVDE KODU SERTİFİKASYONU VE DAHASI

Vücut Kodunun üç bölümü vardır:

1. Beden Kodu Sistemi Uygulaması
   A. Bu mobil ve masaüstü yazılım, siz ve bilinçaltınız arasındaki patentli bir zihin haritası arayüzüdür ve altta yatan binlerce dengesizlikten herhangi birini saniyeler içinde derinlemesine incelemenizi sağlar.

2. Beden Kodu Sistemi Yöntemi ve Becerileri
   A. DiscoverHealing.com aracılığıyla sunulan web seminerlerine, seminerlere, canlı etkinliklere ve çevrimiçi kurslara katılarak Beden Kodu Sisteminin temellerini öğrenebilirsiniz.
1. Beden Kodu Sistemi Sertifikaları a. Discover
   Healing, Beden Kodu Sisteminde beceri sahibi olmanın en kapsamlı yolu olarak video öğrenimi, mentorluk ve uygulamalar içeren derinlemesine çevrimiçi sertifika programları sunar. Eğitimin çoğunu, kavrama ve akılda tutmayı geliştiren etkileşimli bir öğretim aracında barındırıyorum.

   B. Uygulayıcı olmak ve hizmetler için ücret almak için sertifika gereklidir. Bu şekilde, dünya çapındaki uygulayıcılar için standartları ve sürekli eğitimi sürdürüyoruz.

Şu anda, önkoşulumuz olan Düzey I Duygu Kodu'ndan başlayarak, birbirini temel alan dört düzeyde çevrimiçi sertifikasyon sunuyoruz. Gövde Kodu Sertifikasyonu Seviye II'dir.

1. Seviye I Sertifikasyonu: Duygu Kodu 2.

Seviye II Sertifikasyonu: Beden Kodu

Machine Translated by Google

3. Seviye III Sertifikasyonu: İnanç Kodu
4. Seviye IV Sertifikasyonu: Şifa Ustalığı*7

Şirketimiz Discover Healing, Inc.'dir.

Machine Translated by Google

EK 2 BAĞLANTILAR VE KAYNAKLAR

GÖVDE KODU SİSTEMİ YAZILIMI

Beden Kodu Sistemi tamamen bu isimdeki mobil uygulamamızda hayata geçirilmiştir. Gezinmeniz için dengesizliklerin eksiksiz ağaç yapısını sağlar. Temel dengesizlikleri bulmak için katman katman detaya indikçe size tanımlar, açıklamalar, seçenekler ve yön verilir. Bu nedenle kapsamlı bir sağlık eğitimine gerek yoktur; bilgiler sizin için sağlanmaktadır. Uygulama, tüm sertifikasyon yeterliliklerimize ilişkin tüm işlevleri içerir: Duygu Kodu, Beden Kodu, İnanç Kodu ve

Daha.

Vücuttaki her türlü dengesizliği tespit edip çözmek ve fiziksel ve duygusal dengeyi yeniden sağlamak için bu aracı hem çevrimiçi hem de çevrimdışı olarak cep telefonlarında, tabletlerde ve hatta masaüstü web tarayıcılarında kullanın.

DiscoverHealing.com adresindeki sitemizin yanı sıra Apple App Store ve Google Play Store'da, ilk ücretsiz deneme süresi de dahil olmak üzere aylık abonelik olarak mevcuttur.

Discoverhealing.com/app adresini ziyaret ederek ücretsiz uygulama denemenizi başlatın.

DISCOVERHEALING.COM

Duygu Şifresini de içeren Beden Kodu Sisteminin resmi web sitesi DiscoverHealing.com'dur. İnsanların iyileşmesine ve gelişmesine yardımcı olabilmeniz için gerekli araç kitini ve bilgiyi sağlar. Bunun sizin doğuştan hakkınız olduğuna inanıyorum: herkesin tam potansiyelini ortaya çıkarabilmesi için kendinize ve sevdiklerinize sağlıklı yaşam için gerekli dengeyi keşfetme ve yaratma konusunda nasıl yardımcı olabileceğinizi bilmek.

DiscoverHealing.com'u bu güçlü doğal şifa yöntemlerini herkesin kullanımına sunmak amacıyla oluşturdum.

Machine Translated by Google

Enerji şifası hakkında daha fazla bilgi edinin.
Duygu Kodu, Beden Kodu, kas testi ve daha fazlası hakkındaki videoları izleyin.
Videolara, kitaplara, CD'lere, araçlara ve eklere erişin.
Soru sorun ve diğer öğrencilerle etkileşime geçin.
Canlı ve çevrimiçi etkinlik programımızı görüntüleyin.
Duygu Şifresi ve Beden Şifresi kitaplarının kopyalarını sipariş edin .
Nasıl sertifikalı bir Duygu Kodu ve Beden Kodu uygulayıcısı olacağınızı öğrenin.

Sertifikalı uygulayıcılardan uzaktan seanslar satın alın.
Başkalarının bulması ve iletişim kurması için sertifikalı uygulayıcı olarak listeleyin.
Duygu Kodu ve Beden Kodu ile ilgili canlı web seminerlerini izleyin.

Ziyaret ederek sitenin sunduğu tüm avantajlardan yararlanın
DiscoverHealing.com.

KİŞİSEL WEB SİTEM: DRBRADLEYNELSON.COM

Deneyimlerim, kişisel inançlarım, fotoğraflarım, hobilerim ve deneyimlerim hakkında daha fazlasını paylaştığım DrBradleyNelson.com adresindeki kişisel web sitemden benimle bağlantı kurun.
Daha.

Kişisel YouTube kanalım şu adreste: youtube.com/drbradleynelson.
YouTube kanalıma abone olun ve sorularınızı yanıtladığım, Duygu Kodu ve Beden Kodu konularına derinlemesine daldığım, kas testi videolarını izlediğim oturum gösterimlerini ve Soru-Cevap videolarını izleyin ve
Daha.

DUYGU KODU KİTABI

Yayınladığım ilk kitap , daha geniş Beden Kodu Sisteminin önemli bir parçası olan Duygu Şifresi'dir . Duygu Şifresi kitabı size, tutsak kalmış duygularınızı nasıl tanımlayıp serbest bırakacağınızı, “duygusal bagajınızı” nasıl ortadan kaldıracağınızı, kalbinizi ve bedeninizi üretken ve mutlu bir hayata nasıl açacağınızı öğretir. Beden Kodu Sistemi araç kitinizin bir parçası olarak bu kitabı okumanızı şiddetle tavsiye ederim.

Uzun yıllara dayanan klinik uygulamalardan elde edilen gerçek dünya örnekleriyle dolu, Duygu Şifresi farklı ve otoriter bir çalışmadır.

Machine Translated by Google

Kendini iyileştirme üzerine klasik bir kitap. En son baskı genişletilmiştir ve Tony Robbins'in bir önsözünü içermektedir. St. Martin's Press tarafından yayınlanmaktadır. Discoverhealing.com/the-emotion-code/book adresini ziyaret ederek veya çevrimiçi olarak Amazon.com'dan ve kitapların bulunduğu her yerden Duygu Şifresi kitabınızın kopyasını sipariş edin. satılmış. Audible.com'da sesli kitap olarak da mevcuttur.

E-MOTION, THE FİLM e-motion,

insan duygularının insan vücudunun fizyolojisini nasıl etkilediğini ve olumsuz duyguların nasıl serbest bırakılarak fiziksel iyileşmeye yol açtığını araştıran bir belgeseldir (2014). Ben de dahil olmak üzere dünyanın dört bir yanından duygu uzmanlarından oluşan bir ekip, insanlığa sağlığa ve aydınlanmaya giden yolu göstermek için bilgeliklerini ve yöntemlerini paylaşıyor.

Fragman bilgisi şöyle diyor: “Herkesin, her birimizin içindeki mükemmel yaratımı kalbinden tezahür ettirdiği bir dünya hayal edin.
Bolluğun, iç huzurun, uzun ömürlülüğün ve sevgi dolu ilişkilerin bol olduğu bir dünya hayal edin. Çok daha büyük bir nedenden dolayı burada olduğumuzu, çok daha yüksek bir amaca, ilahi bir amaca hizmet ettiğimizi hayal edin.
Dünyanın dört bir yanından uzmanların, insanlık için yeni bir yola ışık tutmak amacıyla bilgeliklerini ve olumsuz duygu temizleme tekniklerini paylaştıklarını hayal edin.” Yapabilirsiniz e-motionthemovie.com adresini ziyaret ederek e-motion filmini izleyin .

SOSYAL MEDYA

Beden Kodu Sistemini öğrenen ve kullanan sosyal medyadaki topluluğumuza katılın. Discover Healing ekibimiz tüm önemli kanallarda yer alıyor ve Beden Kodu Sistemi hakkındaki bilgilerin yayılmasına yardımcı olduğunuz için minnettarız. Gövde Koduyla ilgili herhangi bir şey paylaştığınızda lütfen şu etiketleri kullanın: #BodyCode, #BodyCodeStories. Dünyaya ulaşmamıza yardımcı olacaksınız ve ben de bu hashtag'leri arayarak gönderilerinizi bulabileceğim.
Daha fazla bilgi ve sosyal medya kanallarımıza bağlantılar için şu adresi ziyaret edin: Discoverhealing.com/social.

HİKAYENİZİ PAYLAŞIN

Machine Translated by Google

Deneyimlerimiz bizi birbirimize bağlar, özgün bir şekilde paylaştığımızda topluluk, şefkat ve bütünlük yaratır. Umarım bize Beden Kodu Sistemini kullanarak şifa ve amaç bulma hikayelerinizi anlatırsınız. Lütfen gönderilerinizde #BodyCodeStory etiketini etiketleyin, böylece zaferlerinizi paylaşabiliriz. Hikayenizi doğrudan bana göndermek isterseniz lütfen aşağıdaki bağlantıyı kullanın.

web sitesi: Discoverhealing.com/share-your-story/.

DAHA FAZLA HİKAYE OKUYUN

Web sitemde sizin gibi insanlar tarafından her gün gönderilen binlerce hikayeden ilham alın. Görünüşe göre her türlü mesele, endişe, umut ve arzu temsil ediliyor. Bu hikayeleri sevdiklerimizin hayatlarında ve tüm dünyada gerçek bir fark yaratabileceğimize olan inancımızı korumamıza yardımcı olmak için paylaşıyorum.

Daha fazla gerçek hikaye için Discoverhealing.com/testimonials adresini ziyaret edin.

ÜCRETSİZ KAS TESTİ KURSU

Kas testinin hızlı bir şekilde iyileşme ve dengesizlikleri bulup ortadan kaldırma yeteneğiniz için hayati önem taşıdığına inandığım için konuyla ilgili çevrimiçi giriş kursumu veriyorum. Bu hediyeden yararlanın ve beceri kazanın, böylece başkalarına hizmet edebilirsiniz.

Kas testi, fiziksel, zihinsel ve duygusal sağlıkla ilgili soruları yanıtlamak amacıyla bilinçaltına ulaşmak için kullanılabilir. Bu, beslenme ihtiyaçlarından tutsak kalmış duygulara kadar her şeyin, rahatsızlıkların ve rahatsızlıkların altında yatan potansiyel nedenleri belirlemek için tasarlanmış, invazif olmayan bir yöntemdir.

Daha fazla bilgi için Discoverhealing.com/muscle-testing adresini ziyaret edin.

SERTİFİKALI BİR UYGULAYICI BULUN

Machine Translated by Google

Beden Kurallarını uzaktan veya şahsen kullanarak sertifikalı bir uygulayıcının sizinle birlikte çalışmasını istiyorsanız, personel uygulayıcılarımız da dahil olmak üzere, yardımcı olabilecek, büyüyen bir insan topluluğumuz var. Daha fazla bilgi almak veya randevu almak için Discoverhealing.com/practitioners adresini ziyaret edin.

uygulayıcıların küresel haritası.

DİLLER

Beden Kodu Sisteminde birçok dile çevrilmiş kitaplar, seminerler ve videolar bulunmaktadır. Örneğin bu kitabın basıldığı tarihte Duygu Şifresi yirmi farklı dile çevrilmiş ve basılmıştı. Uygulama İngilizce, Almanca ve İspanyolca olarak bulunabiliyor ve daha fazla dil de gelecek.
Duygu Şifresini ve Beden Şifresini diğer dillerde şu adresten bulabilirsiniz :

Discoverhealing.com/languages.

HALKLA İLİŞKİLER

Bu eşsiz şifa yöntemlerini dünya çapındaki izleyicilere canlı seminerlerde ve çevrimiçi olarak öğretebilme ayrıcalığına sahip oldum. Her türlü farklı sorundan mustarip insanlarla birçok vakada anında elde edilen sonuçları görmek hem benim için hem de izleyiciler için her zaman heyecan verici ve ödüllendirici olmuştur. Grubunuzla veya şirketinizle veya dahil olduğunuz canlı bir etkinlikte konuşmamı isterseniz lütfen bize izin verin

Bilmek.

SIKÇA SORULAN SORULAR Duygu Kodu veya

Beden Kodu hakkında bir sorunuz varsa, büyük ihtimalle bu soru zaten sorulup yanıtlanmıştır. Yaptığımız işlerle ilgili en popüler soru ve cevapların en güncel listesi için

Şifayı keşfedin, lütfen Discoverhealing.com/faqs adresine bakın.

DAHA FAZLA BİLGİ İÇİN

Machine Translated by Google

SSS web sayfası yardımcı olmadıysa tam destek sayfamıza geçin.
Discoverhealing.com/support adresindeki bilgi tabanımızı barındırır. Şunu görebilirsin:
Başkalarının sorduğu soruları ve aklınıza takılan her soruyu sorun.
henüz cevaplanmadı.

Machine Translated by Google

EK 3 TANIMLAR

Bu kitap boyunca derin kavramlara değiniyoruz. Herkesin hemfikir olabileceği, hatta dikkate alabileceği terimleri bulmak zordur. Bu ekte yetersiz bir oyuncu değişikliği listesi bulunmaktadır. Beden Kodu Sisteminin neden ve nasıl çalıştığını anlamak için bağlam oluşturma çabasıyla bunu sunuyorum. Bu kavramları değerlendirebileceğiniz bir çerçeveye koymanın bir yolunu bulma konusundaki cömertliğiniz için teşekkür ederiz. Bunlar benim inançlarım ve katılmak isteyen herkes için olumlu dönüşümler sağlamak üzere birlikte iyi çalışıyorlar. Daha fazlasını öğrendikçe modeller ve kavramlar genişler. Öğrenmeyi asla bırakmayalım.

ANAHTAR TERİM ALTERNATİF	KOŞULLAR	TANIM
Melekler	Ruhsal rehberler, koruyucu melekler, vefat etmiş sevdiklerimiz, henüz doğmamış torunlarımız	Melekler bizi Yaradan'a yaklaştıracak şeyleri yapmaya ve hissetmeye teşvik eder. Pozitiftirler ve ışıklıdırlar. İlerlememizde ve sevincimizde bizi desteklemek istiyorlar.
Vücut	Fiziksel beden, vücut tapınağı	Beden, ruhu barındıran ölümlü tapınaktır; bu bizim etimiz ve kemiklerimizdir ve kaslarımızı test ettiğimiz fiziksel ortamdır. Yanıtlar.
Vücut enerji alanları	Biofield, çakralar, elektromanyetik alan, plazma enerji alanı	Fiziksel beden tarafından üretilen ve fiziksel beden ile ruh arasındaki arayüzde üretilen enerji alanları
Beyin	Kafatasındaki fiziksel organ	Beyin, fiziksel beden ve ruhun donanım arayüzüdür.
Bilinçli zihin	Akıl, düşünen, bilinçli farkındalık	Bilinçli zihin bildiğimizi sandığımız şeyleri içeren parçamızdır. Uyanık olduğu saatlerde çalışır.

Machine Translated by Google

ANAHTAR TERİM ALTERNATİF	KOŞULLAR	TANIM
Varlıklar	Negatif enerjiler, hayaletler, karanlık enerjiler, kirli ruhlar, kötü ruhlar, bedensiz ruhlar, şeytanlar vb.	Varlıklar bizi Yaradan'dan uzaklaştıran şeyleri yapmaya ve hissetmeye teşvik eder. Onlar negatiftirler ve karanlıktandırlar. Mutsuzluğa neden olup ilerlememizi durdurmak ve bizi kontrol etmek istiyorlar. Depresyon vb. gibi fiziksel ve zihinsel/duygusal semptomlara neden olabilirler.
Daha yüksek Güç	Tanrı, Rab, İsa Mesih, Her Şeye Gücü Yeten, Yaratıcı, Tanrıça, Allah, Mesih, İlah, İlahi, Kurtarıcı, Yüce Varlık, Yehova, Baba Tanrı vb.	Ruhlarımızın babası, her şeye gücü yeten Yaratıcı ve evrenin yüce hükümdarı
Yüksek benlik, ruh bedeni, ruh, aura, chi, qi, ki, prana, sonsuz varlık, duyarlı enerji	Varlık, maddenin daha ince bir formu, fiziksel bedenin planı	Ruh, bizim ebedi olan parçamızdır; başlangıcı ve sonu yoktur. Organize zekadır, yok edilemez, masum ve saftır. Büyüme ve ilerleme arzusuyla, fiziksel bir beden gibi yeni yetenekler edinir.
Bilinçaltı zihin ve ruh	Bilinçdışı farkındalık, kalp, gözlemci, ana bilgisayar, ruhun koltuğu, varlığımızın özü, sevginin koltuğu. Bunları benliğin farklı amaçlara sahip iki ayrı yönü olarak görsem de, basitlik adına bunları bu kitapta birbirinin yerine kullanacağım.	Bilinçaltı, sürekli çalışan, vücudumuzun çalışmasını sağlayan, yaşadığımız her şeyi hatırlayan, her yerde tüm bilgilerle bağlantı halinde olan zihnimizin büyük çoğunluğudur. Kas testi yoluyla erişilir.
Evrensel zeka	Işık, gerçeğin ışığı, İsa'nın Işığı, morfik alan, karanlık madde, kozmik, süper bilinç, maddi olmayan alem, kuantum alanı, Buda bilinci vb.	Tüm bunların veritabanı; evreni dolduran gerçek, bilgi ve zeka

GENEL SÖZLÜK

İLİŞKİLİ DENGESİZLİK: Başka bir dengesizliğe neden olan veya onunla ilişkili olan dengesizlik. Örneğin, "John'un karaciğeri, tutsak kalmış bir duygu yüzünden dengesizdi."

DENGE Fiziksel bedenin iyileşmesi, gelişmesi ve kendi başına şifa yaratması için koşulların uygun olduğu sağlıklı, normal bir durumdur.

Machine Translated by Google

KOD ÇÖZME Bir eleme ve kas testi süreci yoluyla dengesizliği belirleme çalışması. Bu adım, dengesizliğin yanı sıra bununla ilgili gerekli ayrıntıların tanımlanmasını da içerir.

ENERJİ Evrendeki her şeyin yapı taşlarıdır. Her şey enerjiden yapılmıştır. Bazı enerjiler görünmezdir, bazı enerjiler ise fiziksel madde formunda görünmek için titreşimde yeterince yavaşlar.
Her enerjinin bir titreşimi vardır ve her enerji, diğer enerjilerin diğer titreşimlerinden olumlu ya da olumsuz olarak etkilenebilir.

ENERJİ ŞİFA Fiziksel iyileşmeyi güçlendirmek ve hem zihinsel hem de duygusal sağlığı artırmak için fiziksel bedenin ve enerji bedeninin enerjisinde daha dengeli bir durum yaratmaya çalışan her türlü çalışma.

YÖNETİCİ MERİDYEN (AKUPUNKTUR MERİDYANI) Vücuttaki diğer meridyenlere bağlı bir enerji deposu ve nehri. Büyütülmüş niyeti bu meridyene yerleştirmek, onun tüm vücuttan anında akmasını sağlar, tutsak kalmış duyguların ve diğer enerji dengesizliklerinin serbest bırakılmasını tamamlar.

DENGESİZLİK Fiziksel bedende veya enerji bedeninde ters giden herhangi bir şey. Dengesizlikler ait olmayan şeyler, vücutta eksik olan/ihtiyaç duyulan şeyler, yerinden çıkmış veya kesintiye uğramış şeyler olabilir.
Dengesizlikler genellikle düşük titreşimlidir ve her zaman ruhun, bedenin veya her ikisinin normal, dengeli durumunu bozar. Dengesizlikler sıklıkla vücutta başka tür dengesizliklere neden olur (örneğin, böbrek dengesizliğine yol açan tutsak kalmış bir duygu). Bunlara Beden Kurallarında “ilişkili dengesizlikler” denir.

DENGESİZ (DURUM) Fiziksel bedenin veya enerji bedeninin dengesizlikler ve enerji blokajları nedeniyle aşırı yüklendiği bir durum. Bu, sayısız diğer semptomların yanı sıra, iyileşme sorunlarına ve sonuçta arızalara yol açabilir.

NİYET Belirli bir hedefe yönelik odaklanmış bir zihin durumudur. Bu, bir dengesizliğin serbest bırakılmasını veya düzeltilmesini ve ayrıca dengeyi yeniden sağlamak amacıyla bireyin yapması gereken herhangi bir yararlı eylemi içerebilir. Beden Yasası ile çalışırken, bu resmi olarak herhangi bir dengesizliği ele almanın son adımıdır, ancak seansın en başından itibaren yardım etme ve iyileştirme niyetinin hayati önem taşıdığını anlamak önemlidir.

Machine Translated by Google

MANYETİK ENERJİ Niyetinizi güçlendiren veya güçlendiren bir araç. Bu herhangi bir kuvvet veya polarite mıknatısı veya vücudunuzun elektromanyetik alanı (eliniz) olabilir.

KAS TESTİ Bilinçaltı zihinle iletişimi sağlayan bir beceri veya sanattır. Bilinçaltına evet ya da hayır sorusunu sorduğumuzda kas gücündeki hafif değişiklikleri fark etmek için bunu kullanabiliriz. Cevap olumlu veya evet ise kas güçlü kalacaktır. Cevap olumsuz veya hayır ise kas birkaç saniyeliğine daha zayıf test edecektir.

NEGATİF ENERJİ Doğası gereği yıkıcı, zararlı ve/veya bir şekilde dengesizlik yaratan enerji titreşimleridir.

AŞIRI YÜKLEME Kas testinin belirsiz veya imkansız olduğu geçici bir durum. Bu, yoğun bir dengesizliğin serbest bırakılmasından sonra veya kişinin halihazırda işlemeye başladığı ve daha fazla şeyi serbest bırakamadığı bir seansın sonunda meydana gelebilir.

FİZİKSEL VÜCUT Madde formundaki enerjiden yapılmıştır ve diğer titreşim frekanslarından etkilenebilir. Dengesizlik olduğunda, fiziksel beden bu dengesizliği iletmek için semptomlar yaratabilir.

POZİTİF ENERJİ Doğası gereği hayat veren enerji titreşimleri ve dengeleme.

İŞLEME Enerji bedeninin ve fiziksel bedenin bir veya daha fazla dengesizliğin serbest bırakılmasını işlemek için değiştiği bir durum. İşleme genellikle bir ila üç gün sürer ve yaklaşık yüzde 20 oranında hafif yorgunluk veya duygusal hassasiyet yaratabilir.

PROXY Bir deneğin enerji alanı/bilinçaltı ile uzaktan geçici olarak bağlantı kuran, böylece dengesizliklerin yerini tespit edip o konudaki ortadan kaldıran kişidir.

SERBEST BIRAKMA Bir dengesizliğin tespit edilmesinin ardından ortadan kaldırılmasına yönelik süreç. Serbest bırakmak üç unsuru gerektirir: niyet, manyetik enerji gibi başka bir enerji türü ve yönetici meridyen.

REZONANS İki enerjinin aktive veya tetiklenecek şekilde benzer bir frekansta birlikte titreşmesi.

RUH BEDENİ Fiziksel bedeni canlandıran görünmez ruh. Ayrıca qi, chi, ki veya prana olarak da anılır. Doğal olarak çok yüksek titreşimlidir, ancak dengesizlikler bu duruma müdahale edebilir.

BİLİNÇALTI ZİHİN Beynimizin ve vücudumuzun genel zekamızın çoğunu içeren kısmı. olabilecek devasa bir veri tabanıdır.

Machine Translated by Google

Bedenin ve ruhun dengeyi bulmak için neye ihtiyacı olduğuna dair cevaplar aranıyor.

KONU Yardıma ihtiyacı olan ve teste tabi tutulan kişi veya hayvan.

VEKİL Yakınlardaki başka bir kişinin veya hayvanın enerji alanına geçici olarak erişen, böylece dengesizliklerin belirlenip özneden temizlenebildiği kişidir.

BELİRTİ Vücudun bizimle iletişim kurma yönteminde bir veya daha fazla dengesizlik var. Herhangi bir dengesizlik potansiyel olarak herhangi bir fiziksel, zihinsel veya duygusal semptoma katkıda bulunabilir.

TESTÇİ Kas testini yapan kişi.

TİTREŞİM / TİTREŞİM FREKANSI Moleküler titreşim olarak da bilinen bu, bir molekül içindeki atomların ve tüm atom altı parçacıkların (enerjilerin) sabit ve periyodik hareketini ifade eder. Periyodik hareketin frekansına titreşim frekansı denir. Bir enerjinin titreşim frekansı, onun pozitif mi yoksa negatif mi olduğunu ve nasıl hissettiğini ve/veya neye benzediğini belirleyecektir. Bu evrendeki her şey için geçerlidir.

Machine Translated by Google

TEŞEKKÜRLER

Bu eserin ortaya çıkmasında emeği geçenlere özellikle teşekkür ediyorum.

Natalie Nelson'a, yıllar boyunca bu çalışmanın geliştirilmesine ve iyileştirilmesine yardımcı olan işbirlikçi çabaları için teşekkür ederiz.

Josh Nelson'a harika içgörüleri ve katkılarından dolayı ve Dünya çapındaki Beden Kodu uygulayıcılarımızın harika bir eğitimcisi olmak.

Patti Rokus'a dağ gibi bir materyali düzenlememde ve kitabı hayata geçirmemde yardımcı olduğu için teşekkür ederim.

İnceleme ve düzenleme sürecindeki üstün yardımları için Jana Carter'a teşekkür ederiz.

Bana karşı bu kadar sabırlı davrandığı için St. Martin's Press'in yardımcı editörü Gwen Hawkes'a teşekkür ederim.

Hastalarıma, onların dostu ve hekimi olmama izin verdikleri için ve hikayelerini paylaşmama izin verdiğin için.

Deneyimlerini paylaşan dünya çapındaki muhteşem uygulayıcılarımız.

Kardeşim Bruce Nelson Jr., akıl hocam ve pek çok konuda örneğim yollar.

Harika edebiyat temsilcim Tom Miller'a bu kitabın güzelleştirilmesindeki tüm yardımları için teşekkür ederim.

St. Martin's Press'teki yayıncım Joel Fotinos'a bu kitabın Duygu Şifresi'ne harika bir yardımcı cilt olmasına yardım ettiği için teşekkür ederim.

Discover Healing'deki harika meslektaşlarıma, bu şifa çalışmasının dünyaya getirilmesindeki tüm yardımları için teşekkür ederim.

Machine Translated by Google

Eşim Jean'e bu çalışmanın geliştirilmesi sırasındaki sayısız görüşleri için, ilham kaynağım, yardımcım ve en iyi arkadaşım olduğu için teşekkür ederim.

Son olarak, bu işi başarmak için ihtiyaç duyacağım armağanlarla beni kutsadığı, beni bir şifa aracı yaptığı ve tüm yol boyunca hayatıma rehberlik ettiği için Yaradan'a teşekkür ederim.

Machine Translated by Google

DİZİN

Bu başlığın basılı versiyonunda yer alan indeks, e-kitabınızın sayfalarıyla eşleşmiyor. İlgilendiğiniz terimleri aramak için lütfen e-okuma cihazınızdaki arama fonksiyonunu kullanın. Referans olması açısından, baskı dizininde görünen terimler aşağıda listelenmiştir.

akupunktur
yardımcı tedavi
adrenal bezler
amfetaminler ve
endokrin sistem ve diz
ağrısı ve kas
bağlantıları dengesizlik
belirtilerinin
amacı olumsuz çocukluk
deneyimleri (ACE) alerjiler ve fikirler başarıya
karşı alerji fikir
alerjenler fikir
alerjileri yalnızlık
ve fiziksel
alerjiler

Alzheimer hastalığı
Amin Klinikleri
Amerikan Bütünsel Tıp Derneği
Amerikan Tabipler Birliği'nin (AMA) ataları,
dengesizlikleri epigenetik kalbi kırık atalardan
miras alıyor

Kalp Duvarı
hipertansiyonu
tutsak kalmış duyguları serbest
bırakıyor Tutsak
kalmış duygu hayvanları

Machine Translated by Google

davranışsal düzeltme

diyabetik atta
depresyon

korkulu

köpekte
duygular yüksek

sesler ve kedide

aşırı doz plasebo

etkisi ve ürkmüş

at vekil testi

antidepresanlar

antifungal ilaçlar

antifungal takviyeler

antiparazitik takviye antiviral
ilaçlar antiviral takviyeler

astım

antibiyotikler ve

akciğer dengesizliği

ve akciğer

enfeksiyonu ve

manyetik alan ve iskeletin

yanlış hizalanması ve tutsak kalmış duygu ve

Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB) otizm

spektrum bozukluğu otonom

sinir sistemi

sırt ağrısı

adrenal bez dengesizliği ve

kemiklerin yanlış

hizalanması ve böbrek
dengesizliği

ve ince bağırsak dengesizliği
için bel manyetik yatak pedleri ve

tutsak kalmış duygular

ve biyolojik alan için

ameliyattan

kaçınılması
biyolojik zehirler gıda zehirlenmesi mikrobiyal toksinler

zehir

biyomanyetik alanlar. Ayrıca üriner sistem

dengesizliği semptomlarının

amacı olan

enerji alanları mesane kas

bağlantılarına da bakınız .

Machine Translated by Google

Beden Kodu
inancı ve
keşfin tanımı
ve başkalarına dengesizliği
ve barikatları
açıklamanın
tarihi, kutsal
çağrı ve semptomları
ve
Beden Kodu, şükran niyeti sevgi
ilkelerini
harekete
geçiriyor
namaz
Beden Kodu, enerjinin temel
ilkeleri
enerji beden veya ruh
yüksek güç
bilinçaltı
Beden Kodu, dengesizlikleri
belirleme ve giderme mekaniği süreci
ve örnek oturumların
hazırlanması
konu hazırlığı
Gövde Kodu Sertifikası
Beden Kodu Sistemi uygulaması
beyni
iletişim kopukluğu
ve kimlik ve kas
gücü ve sinir
sistemi ve toksinler
ve beyin bulanıklığı

Beyin lekeleme

kanser
merkezi sinir sistemi
eksenel iskelet ve
hipotalamus ve
epifiz bezi ve
hipofiz bezi ve
omurilik
Ayrıca bakınız beyin
çocuklukta istismar ve travma
çocuklarda
sivilce ve toksinler

Machine Translated by Google

öfke ve konuşma sorunları
astım
davranış sorunları
ateş
nörolojik bozukluklar
gece terörü ve kabuslar vekalet
testi duyusal
işlem bozukluğu ayrılma
kaygısı vekil testi
kayropraktik
eğitimi kayropraktik
uygulama seçimi

Chopra, Deepak
devreleri
karpal tünel sendromu ve
cazsercise ve
diz ağrısının tanımı,
dolaşım sistemindeki
eşleştirilmiş organ ve bezler. Ayrıca
bkz. kalp Clarke,
Arthur
C. kolon sindirim
sistemi ve kas
bağlantıları
dengesizlik renk
dengesizliği
semptomlarının amacı COVİD-19

Darwin, Charles
demansı. Ayrıca bkz . Alzheimer hastalığı
Denton, David
depresyon
Varlıkların teşhisi
için ve insan
olmayan
hayvanlarda akupunktur
farmasötik ilaç toksinleri ve
eğlence amaçlı ilaç toksinleri
ve ilişkileri ve
semptom
olarak tutsak kalmış
duygular ve
gerçek
benlik ve diyabet

sindirim sistemi kolon safra kesesi

Machine Translated by Google

karaciğer
pankreas ve ince bağırsak
Ayrıca bkz . mide
bağlantısı
kopmaları
hamilelikle ilgili
ruhun tanımı beden
dışı manevi/fiziksel
hastalık yükü istatistikleri
ilaç toksinleri
alkol
amfetaminler
kafein
kokain
depresanlar
ecstasy
yaşlı popülasyonlar ve
halüsinojenler
eroin
ketamin
LSD
esrarlı
itüzümü
OTC ilaç toksinleri
farmasötik ilaç toksinleri
eğlence amaçlı ilaç
toksinleri
uyarıcılar
tütün aşısı
Boyacı, Wayne

Einstein, Albert
yaşlı popülasyonları
Alzheimer hastalığına
karşı ilaç toksinleri
ve felçten
kurtaran e-
hareket (belgesel)
duygusunu tuzağa düşürüyor. Tutsak kalmış
duyguları görün
Duygu Kodu, Duygu
Kodu Tablosu
duygusal bagaj
duygusal enerjiler Kalp
Duvarı
duyguları umutsuzluk kalıtsal tutsak kalmış duygular

Machine Translated by Google

Tutsak kalmış
duygular duygusal özgürlük tekniği (EFT)
endokrin sistemi
adrenal bezler
hipotalamus
böbrekler
yumurtalıklar
pankreas
testisleri
“LEGO”
evren kavramının
temel prensip
tanımı olarak enerji, kuantum
mekaniği ve bilinçaltı; Ayrıca
bakınız alerjiler ve fikirler;
duygusal enerjiler; saldırgan enerjiler; travma sonrası enerjiler enerji alanları enerji tıbbı dolaşma epigenetiği.
Ayrıca bkz. Göz
Hareketleriyle
Duyarsızlaştırma
ve Yeniden İşleme (EMDR) dengesizliklerini miras alan atalar

fasiyal distorsiyon
doğurganlığı. Hamilelik ve doğurganlık
fibromiyaljiyle
mücadele veya kaç tepkisine
bakın Flagg,
Stan'in yiyecek ve beslenmesi. Bakınız
beslenme Gıda
Kodları, Gıda toksinleri
yapay tatlandırıcılar gıda
boyası
GDO'lu gıdalar
koruyucu şeker

tatlandırıcılar
Fulford, Robert

safra kesesi
karpal tünel sendromu ve sindirim
sistemi ile diz ağrıları ve
kas
bağlantılarındaki
dengesizlik
belirtilerinin
giderilmesi
Gandi, Mahatma

Machine Translated by Google

Getzendanner, Susan bezleri
adrenal
bezler hipotalamus
yumurtalıklarının
haritasını çıkarıyor
pankreas
paratiroid bezleri
epifiz bezi
hipofiz bezi
prostat bezi
testisler
timus bezi tiroid
bezi
Etkinleştirici
prensip olarak GDO'lu gıdalara şükran
Mezar hastalığı

Hawkins, David,
gıda
toksinleri ve
karaciğer dengesizliği
ve paratiroid bezi dengesizliği ve
proxy testi ve dalak
dengesizliği gibi baş
ağrıları ve semptom olarak
Ayrıca migren baş ağrılarına da
bakın “sağlıklı

kuruyemişler” kalp dolaşım
sistemi ve kas

bağlantılarındaki dengesizlik belirtilerinin amacı
Kalp-Duvarı
tanımı
duygusal enerjiler ve kalp
dengesizliği ve kalıtsal
dengesizlikler ve sevgi ve acı
ve ilişkiler
ve
bilinçaltı zihin ve
şeker istekleri ve timus
bezi dengesizliği ve
ağır metaller alüminyum
amalgam (cıva)
dolgular

Machine Translated by Google

kadmiyum
kurşun
cıvanın
fiziksel alerjileri ve omuz
ağrısı ve
Yüksek Güç, hipnoterapinin temel
prensibi olarak
hipotalamus
merkezi sinir sistemi ve
endokrin sistemi ile ateş
ve kas
bağlantıları üreme
sisteminin
amacı ve dengesizlik
belirtileridir.

fikir alerjisi. Ayrıca bkz. alerjiler ve fikirler
ileoçekal valf
kas bağlantıları
dengesizlik
semptomlarının amacı
dengesizlik
Vücut
Kodundaki rolün
tanımı bağışıklık/lenfatik
sistem fikri alerjiler
ve
bebeklerde
enfeksiyon ve
küfün bir
parçası olarak karaciğer
ve fiziksel alerjiler
ve timus bezinin bir parçası
olarak dalak timus bezinin
bir parçası
olarak tiroid bezinin bir
parçası olarak toksinler
ve tutsak kalmış duygular
ve Sanayi Devrimi enfeksiyonu.
Çocuklarda
KOAH'ta
kalıtsal olarak
edinilmiş
tutsak
duyguların
patojenlerini ve niyetin
tanımını, mıknatısları ve iç öz kabuk sistemi saçını görün

Machine Translated by Google

Aktive
edici
prensip olarak tırnak derisinin amacı

Patmoslu John'un
kararı, iyi

böbrekler
şişkin diskler ve
endokrin sistemi ve fikir
alerjiler ve kas
bağlantıları yumuşak
doku yanlış
hizalamalarının amacı ve dengesizlik
belirtileri toksinler ve idrar
sistemi ve
diz ağrısı adrenal
bezler ve
devreler ve safra
kesesi ve

Lewis, CS
yaşam
tarzı yardımcı terapi
renk dengesizliği
enerji tıbbı manyetik
alan zihinsel ve
duygusal uygunluk dışarıda
ihtiyaçlar fiziksel
ihtiyaçlar uyku
Ayrıca
bakınız beslenme

karaciğer sindirim sistemi ve
bağışıklık sistemi ve kas
bağlantıları dengesizlik

semptomlarının amacı aktive
edici
prensip olarak sevgi
koşulsuz sevgi

akciğerler çökmüş
akciğer mantar
enfeksiyonu kas
bağlantı plörezi

Machine Translated by Google

Solunum
sisteminin amacı ve
omurganın yanlış
hizalanması ve dengesizlik belirtileri
lenf sistemi. Bkz. bağışıklık/lenfatik sistem

manyetik alan
manyetik alan ve manyetik eksiklik

mıknatıslar Magboy
(MagDuo) masaj
terapisi yaşamın
anlamı tıbbi acil
durumlar
meditasyon zihinsel ve
duygusal
uygunluk miasma
migren baş ağrıları
donuk omuz ve
mantar enfeksiyonu ve
iskelet yanlış hizalaması
ve sistem dengesizlikleri
ve Miller, Michael Craig yanlış hizalama, tanımı. Ayrıca bkz . iskelet yanlış hizalamaları;
yumuşak doku yanlış hizalamaları kas testleri
önyargılı kas testi izin
almak sezgi ve
prosedürler
vekil testi
direnç ve
baskıya
karşı nedenleri kendi
kendine
test vekil testi
vekil testi hayvanları vekil
testi çocukları bilinçsiz
kişiler için vekil testi vekil ve vekil testi
diğerleri kas sistemi
için ipuçları

Nelson, Lana
sinir sistemi
otonom sinir sistemi beyin

merkezi sinir sistemi
depresyonu ve

Machine Translated by Google

enterik sinir sistemi ağır
metalleri ve
Reçetesiz ilaçlar ve
parasempatik sinir sistemi periferik
sinir sistemi eğlence amaçlı
ilaçlar toksinler ve uyku ve
somatik
sinir sistemi omurilik
sempatik
sinir sistemi
Ayrıca bkz. merkezi sinir sistemi
Nörofeedback
beslenmesi
GDO'lu
gıdalar beslenme tavsiyelerinin
tarihi mükemmel diyetin
efsanesi besin
tablosu besin eksiklikleri
organik gıdalar
önerilen günlük ödenek (RDA) bilinçaltı
zihin ve
saldırgan enerjiler
melekler ve varlıklar
varlıkların tanımı
bedensiz ruhlar
bedenli ruhlar
varlık türleri
organlar
mesane
kolon
safra kesesi
kalp
ileoçekal kapakçık
böbrekler
karaciğer
akciğerler ince bağırsak dalak mide
rahim
Ayrıca bkz. tek tek organlar
yumurtalıklar endokrin
sistemi ve
reçetesiz satılan ilaçlardaki
(OTC) dengesizlik semptomlarının amacı

Machine Translated by Google

pankreas
sindirim sistemi ve
endokrin sistemi ve
kas bağlantıları şeker
ve

dengesizliğin belirtileri
felç
parasempatik sinir sistemi
paratiroid bezleri
kas bağlantıları
dengesizlik
belirtilerinin amacı
patojenler
antiparaziter ilaçlar
bakteriyel
enfeksiyonlar
Kara Ölüm
Kandidiyaz mantar
enfeksiyonunun
nedenleri
parazit sınıfları
mantar

enfeksiyonlarının
tanımı mantar
enfeksiyonlarının tarihçesi konakçılar
ve bebekler ve
enfeksiyon küf enfeksiyonları
küf ve mantar fırsatçı bulaşıcı
organizmalar parazit enfeksiyonları
mantar enfeksiyonunun
belirtileri küf enfeksiyonunun
belirtileri parazitik enfeksiyonların
semptomları mantar
enfeksiyonunun
tuzağa düşürülmüş
duyguları ve
tedavileri parazitik
enfeksiyonlar
için tedaviler viral
enfeksiyonlar
için tedaviler viral
enfeksiyonlar periferik
sinir sistemi evcil
hayvanları. Hayvanları görmek farmasötik ilaç toksinler fiziksel ihtiyaçlar fiziksel travma enerji epifiz bezi merkezi sinir siste

Machine Translated by Google

dengesizlik belirtileri
hipofiz bezi
merkezi sinir sistemi ve
endokrin sistemi ve
üreme
sisteminin amacı ve
dengesizlik belirtileri
Planck, Max
travma sonrası
enerjilerin
tanımı fiziksel
travma travma sonrası stres
bozukluğu (TSSB) duası,
aktive edici prensip
olarak
gebelik ve
doğurganlık ektopik
gebelik mantar

enfeksiyonları ve fikir alerjisi
için uyarılar ve dua ve gebelikle ilgili kopukluk tüp bebek
prostat
bezinin
işlenmesi iyi huylu prostat
hipertrofisi
kafein ve erkek üreme sistemi
ve kas bağlantıları
dengesizlik
belirtilerinin amacı
proxy testi
bağlantıyı koparmak
yalnızken bağlantı
kurmak
Ayrıca bkz. kas testleri

qigong
kuantum
biyolojisi kuantum
dolaşıklığı kuantum
mekaniği kuantum fiziği

eğlence amaçlı uyuşturucu toksinleri
Reiki
ilişkileri
Kalp Duvarı ve
başkalarının
geçmiş ilişkilerine yardım etme

Machine Translated by Google

atalardan kalma travmayı
serbest bırakan üreme
sistemi kadın üreme sistemi
hipotalamus ve erkek
üreme sistemi hipofiz bezi ve
prostat bezi ve
testisler ve rahim ve

solunum sistemi. Ayrıca bkz. akciğerler
Rush, Benjamin

kendi kendine kas
testi dirsek
testi tek delik yöntemi
sarkaç
halka içinde halka
testi sallanma testi
Shealy, Norm
iskelet yanlış hizalamaları
apendiküler iskelet astımı
ve atlas
vertebra
KOAH ve
kafatası
kemikleri migren baş ağrıları
ve skolyoz
omurganın yanlış

hizalanması dişlerin
sıkışıp kaldığı
duygular ve omur
kolonu iskelet sistemi
apendiküler iskelet aksiyal iskelet
uyku
güçlüğü uyanma gece
terörü ve kabuslar uyku
dengesizliği
bilinçaltı zihin ve ince
bağırsak sindirim
sistemi ve kas bağlantıları
dengesizlik belirtilerinin
amacı

yumuşak doku bozuklukları
beyin iletişim fasiyal distorsiyonunun yüzdesinin
belirlenmesi

Machine Translated by Google

Böbrekler ve
düzeltilmesi için tekrarlanan
yanlış hizalama ipuçları
SPECT taraması
omurilik
dalak
bağışıklık sistemi ve kas
bağlantıları ağrı ve
parazitler
ve dengesizlik
belirtilerinin
amacı mide sindirim sistemi
ve hiatal
fıtık kas bağlantıları
dengesizlik
belirtilerinin amacı felç
inme bilinçaltı
zihin alerjileri ve hayvanların
temel
prensibi olarak seçim
ve enerji ve

Kalp Duvarı ve
enfeksiyon ve
niyet ve sezgi
ve sevgi ve kas
testi ve
beslenme ve sarkaçlar
ve ilişkilerden
ve sabotajcılardan
izin ve örnek Beden
Kodu seanslarında
semptomlar ve
sistem dengesizlikleri ve toksinler ve
tutsak duygular
ve memnun etme isteği
olarak süper
iletken kuantum girişim
cihazı (SQUID)) Çocuklara
yönelik hayvanlara yönelik taşıyıcı testler

Bilinci yerinde olmayan
kişiler için vekil ve vekil

Machine Translated by Google

Ayrıca bkz. kas testleri
“kontrol
motoru” gibi semptomlar
farmasötik ilaç sistemleri
tarafından bastırılan semptom olarak hafif
depresyon
dolaşım sistemi
sindirim sistemi
endokrin sistemi
bağışıklık/lenfatik sistem kabuk
sistemi kas sistemi sinir
sistemi üreme
sistemi solunum
sistemi iskelet sistemi
üriner sistem

tai chi
testisler
endokrin sistemi ve erkek
üreme sistemi ve dengesizlik

semptomlarının amacı timus
bezi bağışıklık
sistemi ve kas bağlantıları
dengesizlik

semptomlarının amacı tiroid
bezi endokrin
sistemi ve
Grave hastalığı
hipertiroidizm
hipotiroidizm kas
bağlantılarındaki
dengesizlik
belirtilerinin amacı
tikkun olam

toksinlerinin tanımı
enerji olarak
Sanayi Devrimi ve tutsak kalmış
duygular ve
Ayrıca bakınız biyolojik zehirler; ilaç toksinleri; gıda toksinleri; ağır metaller
geleneksel Çin tıbbı (TCM) hapsolmuş
duygular astım ve

Machine Translated by Google

sırt ağrısı ve
depresyon ve
hastalık ve
duygusal enerjiler
duygusal enerjiler ve
bağışıklık/lenfatik sistem ve kalıtsal
tutsak kalmış duygu patojenleri
ve fiziksel acı ve
kalıtsal tutsak kalmış
duyguların salıverilmesi iskelet yanlış
hizalamaları ve bilinçaltı zihin ve
toksinler ve

koşulsuz sevgi üriner
sistem. Ayrıca bkz . mesane; böbrekler rahim
kadın
üreme sistemi ve kas bağlantıları
dengesizlik belirtilerinin
amacı

aşılar ve aşılama

Batı tıbbının “makine
olarak beden” perspektifi
Vücut Kodu, depresyon
tedavileriyle
karşılaştırıldığında
kahramanca
önlemler beslenme ilaç
endüstrisi "en son teknoloji"
ameliyat
Williamson, Marianne

yoga

Machine Translated by Google

AYRICA DR. BRADLEY NELSON

Duygu Kodu

Machine Translated by Google

Beden Kurallarına Övgü

“Birkaç yıl önce Dr. Bradley Nelson'ın Duygu Şifresi kitabını okudum ve içindeki bilgileri hastalarıma, aileme ve arkadaşlarıma yardımcı olmak için kullanmaya başladım. Duygu Şifresi ile ilgili deneyimlerimin çoğu şaşırtıcıydı ve bu sürecin alıcılarının her biri için oldukça faydalıydı. Brad benden yeni kitabı The Body Code'u okumamı ve bir onay yazmamı istediğinde memnuniyetle kabul ettim. Duygu Şifresi çok güzel bir kitaptı ama bence Beden Şifresi daha da iyi. Dr. Nelson'ın Beden Kuralları'nın ilkelerini ve uygulamalarını metodik bir şekilde sunuş tarzı gerçekten hoşuma gidiyor . The Body Code'daki hayat değiştiren birçok tanıklık ve vaka örneği, okuyucularına büyük teşvik ve spesifik, eyleme dönüştürülebilir örnekler sunmaktadır. Bu, içindeki bilgilerin doğru bir şekilde uygulanması halinde, yalnızca okuyucunun değil, aynı zamanda okuyucunun bilgilerinin kullanılmasına yardımcı olmayı seçtiği herkesin yaşamını da olumlu yönde iyileştirebilecek bir kitaptır. The Body Code'u şiddetle tavsiye ediyorum !”

—William Lee Cowden, MD, MD(H), Kapsamlı Bütünleştirici Tıp Akademisi Bilimsel Danışma Kurulu Başkanı

“ Beden Şifresi'nde Dr. Nelson, hayatınıza dengeyi, sağlığı ve mutluluğu geri getirmek için her şeyi kapsayan bir çerçeve oluşturmak amacıyla çok satan kitabı Duygu Şifresi'ndeki çalışmayı temel alıyor . Bu sayfalar hemen uygulamaya koyabileceğiniz bilgi ve becerileri içerir. Bu kitap, bedeninizi dinlemenin ne anlama geldiğine dair anlayışınızı gerçekten genişletecek!
Dr. Nelson'ın çalışması hayatımı tamamen değiştirdi! Bu çağlar boyunca güçlü bir kitap ve şiddetle tavsiye ediyorum.”

—Steven R. Shallenberger, ulusal çok satan kitapların yazarı En İyisi Olmak: Başarılı Liderlerin 12 İlkesi

“Dr. Bradley Nelson yine başardı! Beden Kodu gerçek bir şaheserdir. Vücudunuz zihninizin saf bir yansımasıdır. Fikrini değiştir, vücudunu iyileştir. Bu kitap ve Dr. Brad'in çalışması, konu derinliğe geldiğinde gerçek işi yapmaya hazır ve istekli olan herkes için bir zorunluluktur.

Machine Translated by Google

şifa değişimi. En iyi hayatınızı yaşayabilmeniz için vücut kodunun kilidini açmanın basit ve altın külçeleriyle ve pratik yollarıyla dolu!

—Dr. Darren R. Weissman, The LifeLine Technique® geliştiricisi ve The Power of Infinite Love & Gratitude kitabının çok satan yazarı

“Beden Kodunu deneyimleyecek kadar şanslıydım ve seansımdan önce ve sonra enerji seviyelerimde yaşadığım fark somuttu. Dr. Brad'i birkaç kez filme almış biri olarak, size ilk elden söyleyebilirim ki, o kesinlikle sözünü yerine getiriyor.”

—Frazer Bailey, E-Motion ve Root Cause belgesel filmlerinin yönetmeni

“Dr. Bradley Nelson ve Bedenin Şifresi kitabı Cennetten gelen hediyelerdir! Beden Şifresi harika bir şifa yöntemidir ve Duygu Şifresi ile birlikte titreşim ve enerji ile iyileşme yolculuğumu tamamen yeni bir şekilde başlattı. Beden Şifresi kitabı güzel, kapsamlı ve kendi şifasının sorumluluğunu üstlenmek isteyen herkes için son derece erişilebilir.”

—Dr. Karen Kan, hafif tıp doktoru ve Işık Tıbbı AkademisiTM kurucusu

“Beden Kodu gerçekten akıllara durgunluk veren bir şey! Teori, kolay tedavi yolu ve algoritmalar tam bir dahice, gangsterler gibi çalışıyor ve inanıyorum ki, ömür boyu sürecek kapsamlı bir 'kendin yap' sağlık seti! Eğer oğlumun sağlık konusunda yardıma ihtiyacı olsaydı ona önereceğim tek kişi Brad olurdu!”

—Alexander Loyd, PhD, ND, New York Times'ın çok satan yazarı

“Derin iyileşme sonuçlarına hızlı, etkili ve en önemlisi güvenli bir şekilde ulaşmak için mükemmel, kapsamlı ve kolay anlaşılır bir sistem.
Bu, kendi kendini onaran yeni başlayanlardan deneyimli profesyonellere kadar herkes için kapsamlı bir rehberdir. Beden Kodu sizi şimdiye kadar karşılaşabileceğiniz en derin şifacıyla yeniden tanıştıracak: kendi değerli bedeniniz.

—Kris Ferraro, Energy Healing and Manifesting'in yazarı

“Beden Yasası çağımızın en devrim niteliğindeki yöntemlerinden biridir. Duygusal özgürlüğe açılan bir kapı sağlar, hem duygusal hem de ruhsal sorunların altında yatan nedenlerden bazılarını serbest bırakmak ve dönüştürmek için bir sistem sunar.

Machine Translated by Google

fiziksel acı. İnsan enerji alanının ve bilinçaltı zihninin gücünü gösteren dikkate değer tanıklıklar içerir. Hem tıp hem de psikoloji camiasına gerçek bir hediye."

—Sherianna Boyle, Duygusal Detox Now kitabının yazarı

"Sağlığınızı iyileştirmek, kendinizi fiziksel ve duygusal acılardan kurtarmak, ilişkilerinizi geliştirmek ve kendiniz ve sevdikleriniz için daha iyi bir gelecek yaratmak için her zaman güvenebileceğiniz ve rehberlik için başvurabileceğiniz bir müttefik hayal edin. Bu müttefik bedeninizdir ve Brad Nelson, Beden Kodu ile, ünlü bir sağlık uzmanı olarak uzun yıllar boyunca geliştirdiği basit ama güçlü ve etkili teknikleri kullanarak, onun doğuştan gelen zekasına nasıl erişeceğinizi öğretiyor. Bu kitabı açık fikirlilikle okuyun, Brad'in öğrettiklerini uygulayın ve sizi hayrete düşürecek sonuçları deneyimlemeye hazır olun!

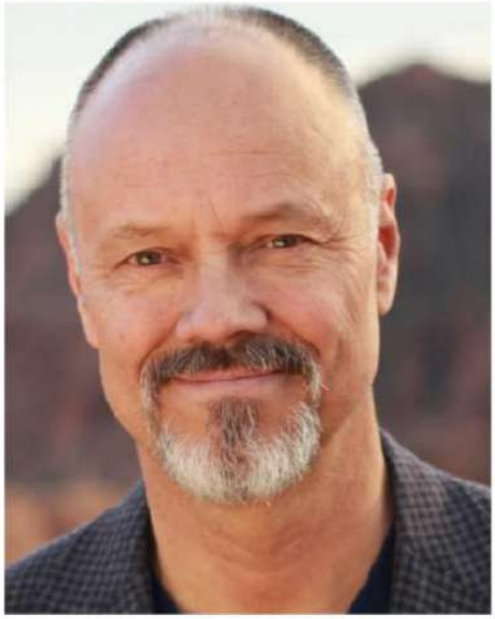
—Larry Trivieri Jr, Doktora Gerek Yok kitabının yazarı

"Tanrı'nın Krallığı içinizdedir. Dua, meditasyon ve hizmet kalplerimiz ve ruhlarımızdaki ilahi bilgeliğe erişim sağlar. Beden Kodu, doğuştan hakkımız olan sonsuz bilginin ve şifanın kilidini açmanın anahtarını sunar. Bu kitabı okuyun ve kendi bedeninizin, zihninizin ve ruhunuzun gizemini çözün."

—Michael Alexander, Emmy adayı sunucu ve yürütücü yapımcı, Conscious Living

Machine Translated by Google

YAZAR HAKKINDA



Doktor Bradley Nelson Biyoenerjetik tıp ve enerji psikolojisi alanlarında dünya çapında önde gelen uzmanlardan biri olarak tanınmaktadır ve Duygu Şifresi kitabının yazarıdır. The Body Code'da paylaşılan basit ama güçlü bir kişisel gelişim yöntemi geliştirdi . Dr. Nelson, şifa yöntemlerini dünya çapında övgü dolu yorumlar alacak şekilde öğretti ve yetmişin üzerinde ülkede binlerce uygulayıcıyı sertifikalandırdı. Bir konuşmacı ve yetenekli bir öğretmen olarak geniş çapta tanınan o, artık öğretilerini daha geniş bir izleyici kitlesine ulaştırıyor. Dr. Nelson ve eşi Jean'in yedi çocuğu var ve güney Utah'ta yaşıyorlar. E-posta güncellemelerine buradan kaydolabilirsiniz .

Machine Translated by Google

Bu St. Martin's Publishing Group e-kitabını satın aldığınız için teşekkür ederiz.

Özel teklifler, bonus içerikler, yeni çıkanlar ve diğer harika eserler hakkında bilgi almak için bültenlerimize kaydolun.

Sign Up

Veya bizi us.macmillan.com/

newslettersignup adresinden çevrimiçi olarak ziyaret edin

Yazarla ilgili e-posta güncellemeleri için burayı tıklayın.

Machine Translated by Google

İlk olarak Amerika Birleşik Devletleri'nde St. Martin's Publishing Group'un bir baskısı olan St. Martin's Essentials tarafından yayımlandı.

VÜCUT KODU Telif Hakkı © 2023 Bradley Nelson'a aittir. Önsöz telif hakkı © 2023 George Noory'ye aittir. Her hakkı saklıdır. Bilgi için St. Martin's Publishing Group, 120 Broadway, New York, NY 10271 adresini ziyaret edin.

www.stmartins.com

Kapak tasarımı: Olga Grlic
Kapak resmi: tıbbi ikon © Vladi_mir/Getty Images; tarafından sağlanan Healing logosunu keşfedin
Şifayı Keşfedin

Kongre Kütüphanesi Yayında Kataloglama verileri istek üzerine mevcuttur.

ISBN 978-1-250-77382-1 (ciltli)
ISBN 978-1-250-77383-8 (e-kitap)

eISBN 978250773838

E-kitaplarımız tanıtım, eğitim veya iş amaçlı kullanım için toplu olarak satın alınabilir.
Lütfen Macmillan Kurumsal ve Premium Satış Departmanı ile 1-800-221-7945, dahili 5442 numaralı telefondan veya MacmillanSpecialMarkets@macmillan.com adresine e-posta göndererek iletişime geçin.

Birinci Basım: 2023

Machine Translated by Google

İÇİNDEKİLER

Baş sayfa
Telif Hakkı Uyarısı
Sorumluluk reddi beyanı
Adanmışlık
George Noory'nin önsözü
Davet

BÖLÜM I: TEMELLER

1. Beden Koduna Giriş 2. Beden Kodu Nedir?
3. Gövde Kodunun İşe Yaramasını Sağlayan Nedir?

BÖLÜM II: GÖVDE KODUNU KULLANMA

4. Cevap Almak 5. Vücut Kodunun Mekaniği

BÖLÜM III: VÜCUT KOD HARİTASI

BÖLÜM 1: ENERJİLER

6. Duygusal Enerjiler 7. Travma Sonrası Enerjiler 8. Alerjiler ve Fikirler 9. Saldırgan Enerjiler

BÖLÜM 2: PATOJENLER

Machine Translated by Google

10. Patojenler

BÖLÜM 3: DEVRELER VE SİSTEMLER

11. Devreler

12. Organlar 13.
Bezler 14.

Sistemler 15.
Bağlantısızlıklar

BÖLÜM 4: YANLIŞ HİZALAMALAR

16. İskelet Yanlış Hizalamaları

17. Yumuşak Doku Yanlış Hizalamaları

BÖLÜM 5: TOKSİNLER

18. Toksinlerle Başa Çıkmak

19. Ağır Metaller 20.

Biyolojik Zehirler 21. Gıda
Toksinleri 22. İlaç

Toksinleri

BÖLÜM 6: BESLENME VE YAŞAM TARZI

23. Beslenme

24. Yaşam Tarzı

BÖLÜM IV: DÜNYAYI DEĞİŞTİRMEK

25. Dikkat Edilmesi

Gerekenler 26. Her Yaştan

İnsanlarla Çalışmak 27.

Hayvanlarla Çalışmak 28. İlişkilerle

Çalışmak 29. Daha İyi Bir Dünya Yaratmak

Notlar

Ek 1: Gövde Kodu Sertifikasyonu ve Daha Fazlası

Ek 2: Bağlantılar ve Kaynaklar

Machine Translated by Google

Ek 3: Tanımlar Teşekkür
Dizini Ayrıca Dr.

Bradley Nelson'ın Beden
Kurallarına Övgü Yazar
Hakkında Telif
Hakkı